

INFORMATION

Sæsonen 2025-2026



Ældre Sagen

Lokalafdelingen i Rødovre

INDHOLDSFORTEGNELSE

Besøgsvenner	Side 14
Bisidderordning	- 15
Bladuddelerssammenkomst	- 31
Bowling	- 31
Danmark Spiser Sammen	- 16
Den social-humanitære gruppe	- 14
Den hjælpende hånd og Skolevenner	- 14
Bogvenner og Sprogvenner	- 15
Efterlysning af frivillige	- 17
Formanden har ordet	- 4
Frivillig sammenkomst	- 33
Førstehjælpskursus	- 12
Herreværelset	- 16
Husorkester	- 17
Højskoleophold	- 6
Indmeldelser	- 5
Italiensk	- 8
IT-Café	- 8
IT-Hjælp I hjemmet	- 15
Jazz og fisk	- 8
Juleudflugt	- 25
Kortspil, Bridge og Whist	- 24
Krolf, Petanque og Gåtur	- 30
Litteratur	- 10
Madlavning og Mad-Hygge-Dag	- 22
Modeopvisning	- 30
Nye medlemmer Introduktionsmøde	- 5
Nyhedsbrev	- 33
Senior-Bio	- 34
Seniorgymnastik	- 31
Skriveværksted	- 10
Slægtsforskning	- 11
Sommerudflugt	- 24
Syng-sammen	- 32
Telefonkæde	- 15
Torsdags-træf	- 26
Vinsmagning	- 32
Ældreloven	- 13
Åbne arrangementer	- 18
Årsfest	- 33
Årsmøde	- 34

REDAKTION og LOKALBESTYRELSE I RØDOVRE



Arne Møller Madsen, tlf. 4063 5332
Axelhøj 68.
Formand.
Lokal Ældrepolitik.
E-mail: arnemm@live.dk



Laila Parbst, tlf. 2310 3220.
Birkmosevej 33, 1. tv.
Bestyrelsesmedlem.
E-mail: lailaparbst@hotmail.com



Sven Arne Steffensen, tlf. 2465 1030.
Rødovrevej 323A, 3. lej. 5.
1. næstformand.
Webmaster
E-mail: sasteffensen@26b.dk



Anne B. Christiansen, tlf. 2370 9161.
Irmavej 4, 2. tv.
Bestyrelsesmedlem.
E-mail: anne@chritiansen.info



Ole Steenberg, tlf. 2335 7603.
Islevgård Allé 22.
2. næstformand.
E-mail: olelundste@gmail.com



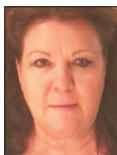
Åse Munk Mortensen, tlf. 2216 2274.
Rødovrevej 220C, st. tv.
Bestyrelsesmedlem.
E-mail: aase_mortensen@hotmail.com



Bente Piper, tlf. 2921 9030.
Schweizerdalsvej 23B.
Bestyrelsesmedlem. Kasserer.
E-mail: bente.piper@post.tele.dk



Henning Kristensen, tlf. 5193 2723.
Voldumvej 59, st. tv.
1. suppleant.
E-mail: hekr@mail.tele.dk



Sanne Gandsø, tlf. 5361 5901.
Rødovrevej 236C, 1.
Bestyrelsesmedlem. Sekretær.
E-mail: sanne.gandsoe@outlook.com



Esther Haugaard, tlf. 6085 2157.
Kærbyvej 135.
2. suppleant.
E-mail: estherpeter@os.dk



Sven Gamst Johansen,
Vedersøvej 63.
Bestyrelsesmedlem.
Redaktionssekretær.
E-mail: gamst@privat.dk



Helle Albek, tlf. 6147 0108
Rødovrevej 213D.
3. suppleant.
E-mail: hellealbek@gmail.com

Dette nummer af INFO-hæftet er 37. årgang og udkommer i juli/august 2025. Det bliver trykt i 7.000 eksemplarer og uddeles til alle medlemmer i Rødovre. Desuden ligger det til afhentning på biblioteket og andre steder i kommunen.

Kære medlemmer af Ældre Sagen i Rødovre.

I en urolig og usikker tid er der en tendens til, at man finder sammen for bedre at kunne møde udfordringerne. Det er muligvis en af grundene til, at Ældre Sagen har stor medlemsfremgang i disse år. I Rødovre er vi nu 7.090 medlemmer og 207 frivillige, hvilket er en ret stor fremgang i forhold til sidste år, og på landsplan rundede Ældre Sagen sidste år 1 mio. medlemmer.

Vores aktivitetsniveau er stadig meget højt, hvilket viser sig ved den store tilslutning, der er til vores arrangementer og aktiviteter. Det gælder både de aktiviteter, lokalafdelingen har haft i mange år, og det gælder også for de nye aktiviteter, der er kommet til senere. På det seneste har vi startet en ny aktivitet Skolevenner, hvor nogle frivillige i samarbejde med lærere på Nyager Skole hjælper og bistår ved undervisningen.

Desværre er der også nogle aktiviteter, der i øjeblikket ikke er aktive. Den hjælpende hånd mangler frivillig, og til næste sæson mangler vi desuden frivillige til madhold på Rødovre- og Nyager Skoler. Hvis nogle kunne være interesseret i at påtage sig et af disse jobs, skal I være meget velkomne at henvende sig til en fra bestyrelsen.

Ældreloven er nu vedtaget, og den træder i kraft senere på året. Der er mange positive elementer i loven, men på et meget centralt punkt er der en udfordring. Loven er nærmest en rammelov, som den enkelte kommune skal udfylde. Derfor har lokalafdelingen en stor opgave i at holde kommunen fast på, at loven skal blive så god for ældre i Rødovre som muligt.

Derudover er der skabt politisk enighed omkring en sundhedsreform, og den har måske endnu større betydning for ældre. Nærmere om denne næste år.

*Mange hilsner med ønske om en god sæson.
Arne Møller Madsen, formand Ældre Sagen i Rødovre.*

Sæsonen 2025-2026

Ældre Sagen i Rødovres kontor ligger i Foreningshuset, Højnæsvej nr. 63, indgang C. – Vi deler lokaler med andre foreninger – men selvfølgelig IKKE på samme tidspunkt.



Kontortiden er hver torsdag i tiden 13.00-15.00 fra den 4. september 2025 til den 28. maj 2026.

Kontoret har telefon nr. 📞 **31 51 71 91**

E-mail: aeldresagen.rodovre@gmail.com

Lokalafdelingens hjemmeside: <http://www.aeldresagen.dk/rødovre>

INDMELDELSER i Ældre Sagen

Kender du en der gerne vil melde sig ind i Ældre Sagen, kan du selv melde vedkommende ind ved henvendelse til Ældre Sagen på telefon 3396 8686, eller ved at trykke på "Bliv medlem af Ældre Sagen" på Ældre Sagens hjemmeside. – Du kan også henvende dig til en af os i bestyrelsen, så sørger vi for resten. Vi skal bare have navn og adresse, e-mail adresse, og eventuelt telefon nummer.

INTRODUKTIONSMØDE for nye medlemmer

Vi afholder et introduktionsmøde for "Nye Medlemmer", mandag den 1. september 2025 kl. 17.00 i Loen på Rødovregaard.

Vi fortæller om Ældre Sagen generelt og om lokalafdelingen i Rødovre specifikt, hvorefter vi byder på et par stykker smørrebrød.

Alle nye medlemmer får en direkte invitation. – Tilmelding:

Sven Arne Steffensen ☎ 2465 1030 eller sasteffensen@26b.dk

HUSK: VISSE ARRANGEMENTER KRÆVER MEDLEMSBEVIS!

EN MERE UDTØMMENDE INFORMATION OM VORE AKTIVITETER KAN DU OFTE FINDE PÅ VORES HJEMMESIDE.

SALGET AF FYSISKE BILLETTER PÅ BIBLIOTEKET OG KONTORET ER KUN MOD KONTANTER OG GERNE MED LIGE PENGE.

**PAS GODT PÅ HÆFTET –
DU FÅR BRUG FOR DET FLERE GANGE I LØBET AF ÅRET!**

Med forbehold for ændringer.



RØNDE HØJSKOLE

Lørdag d.18. - fredag d. 24. juli 2026

Rønne Højskole byder velkommen til en spændende højskoleuge på det skønne Djursland. Vi inviterer til oplevelser og højskolefællesskab med udflugter, foredrag, fællessang fra højskolesangbogen, morgensamlinger og masser af livsglæde i mødet med mennesker og de smukke omgivelser her på Djursland.

På udflugterne vil vi besøge Mols og Helgenæs med den vilde Nationalpark Mols Bjerge og Sletterhage Fyr, og vi skal naturligvis opleve den gamle købstad Ebeltoft med Det Gamle Rådhus og Fregatten Jylland.

I Aarhus vil vi besøge Moesgaard, som er en helt særlig udgave af et museum - et mødested for kultur, natur, arkæologi, forskning og oplevelser - absolut et museum i verdensklasse. Tæt på Rønne Højskole vil der være mulighed for at opleve Kalø Slotsruin og Kalø Hovedgaard, Thorsager Rundkirke og den smukke natur omkring Rønne med bøgeskov og strand.

Mellem udflugterne vil der være inspirerende og levende foredrag om mennesker og liv – her vil du møde foredragsholdere, som brænder for en sag. Vi skal også synge fællessang og opleve et musikalsk fællesskab med højskolemusiklærer Anders Thorup i front, og I kan se frem til inspirerende morgensamlinger med morgensang på højskolevis, hvor højskolelærere og kursusleder fremlægger, hvad de er optaget af.

Du bliver forkælet med lækker mad fra vores moderne køkken. Vi samarbejder med lokale producenter om råvarer - og laver mad fra bunden, der dufter og smager. – Glæd dig!



PROGRAM for "SOMMERHØJSKOLE på DJURSLAND"

Detailplanlægningen sker i august/september, og herefter vil det færdige program med foredragsholdere, og andet godt, kunne ses på højskolens hjemmeside: Rondehojskole.dk

<https://rondehojskole.dk/praktiske-oplysninger/>

KURSUSPRISER:

- A: Dobbeltværelse med delt bad og toilet på gangen: 4.875 kr.
- B: Dobbeltværelse eget bad og toilet på gangen: 5.075 kr.
- C: Dobbeltværelse bad og toilet på "værelset": 5.375 kr.
- D: Enkeltværelse delt bad og toilet på gangen: 5.375 kr.
- E: Enkeltværelse eget bad og toilet på gangen: 5.575 kr.
- F: Enkeltværelse bad og toilet på "værelset": 5.875 kr.

Ved angivelse af rabatkoden: "RØDOVRE" under tilmeldingen, får du, som medlem af Ældre Sagen, en rabat på 500 kr.

NB. Prisen er ekskl. kollektiv bustransport tur/retur Rødovre-Rønde 500 kr. pr. pers.

Med forbehold for evt. prisændringer.

TILMELDING:

<https://rhe.youngcrm.com/admissions/834/signup>

Flere oplysninger angående tilmelding fås ved henvendelse til
Turleder: *Laila Parbst*, ☎ 2310 3220 eller lailaparbst@hotmail.com

Rønde Høj- og Efterskole
Skolevej 2, 8410 Rønde
Tlf. 3270 1688.



SOUTH COAST STOMPERS

og

MARILYN KELLER



Ældre Sagen

Lokalafdelingen i Rødovre

Viften præsenterer i samarbejde med Ældre Sagen en ægelig formiddag med jazz og lækkert smørrebrød, når vi byder på JAZZ & FISK tirsdag den 7. oktober kl. 11.00.

Vestegnens traditionelle jazzorkester South Coast Stompers og den amerikanske sangerinde Marilyn Keller sørger for forrygende swing og klassisk jazz til øregangen.

I billetprisen er inkluderet to slags overdådige smørrebrød fra ALT I MAD: En med Fiskefilet og en med kartoffel.

Billet til JAZZ & FISK koster 190 kr. og kan købes i Viftens café eller på viften.dk

ITALIENSK KURSUS

Italiensk for øvede/let øvede. Grundbog Passaparola 2 og diverse materialer. Kurset foregår i Pejsestuen i Rødovre Frivilligcenter, på Broparken, Slotsherrens Vænge 2A, tirsdage fra 13.00 til 15.00.

Start tirsdag den 9. sept. 2025 og slut den 5. maj 2026.

Leder: John Greiffenberg, ☎ 2155 5929.

IT-CAFÉ

Har du problemer med din bærbare PC, mobiltelefon eller tablet, så kan du altid få hjælp i vores IT-café, hvor vores erfarne IT-hjælpere er til stede. Vi kan rådgive om IT-problemstillinger, herunder det at færdes på internettet og undgå at komme på falske hjemmesider. Vi kan hjælpe med MitID, oprette mailadresser, få genoprettet glemte password og meget andet.

Der er altid kaffe på kanden. Tilmelding er ikke nødvendig.

Caféen er åben torsdage fra 13 til 15, og du finder os i Foreningshuset, Højnæsvej 63B, Dør C.

Leder: Henning Kristensen, ☎ 5193 2723 – mail: hekr@mail.tele.dk

GIV TILBAGE DET DU MODTAGER (I overført betydning)



Sæt til salg og få op til
10.000 kr. i rabat
gennem Ældre Sagen*

*skal oplyses ved bestilling

Start med en gratis og uforpligtende vurdering
af din bolig – Kontakt os og hør mere.



Casper Sloth
Indehaver,
ejendomsmægler, MDE



Mads Staal Wounlund
Afdelingsleder,
ejendomsmægler, MDE



Christian Rasmussen
Salg og vurdering



Poul Erik Bech

Vi gør en **forskel** for dig og dit salg

Jyllingevej 155
2610 Rødovre
Tlf. 58 58 77 56
261@edc.dk

SKRIVEVÆRKSTED

Vi skriver om vores liv, og hvad vi har oplevet osv. den første fredag i hver måned fra kl. 13.00 til kl. 17.00. Vi mødes i Havestuen på Rødovregård, hvor vi skriver og læser op for hinanden og har således nogle gode iderige og inspirerende timer sammen.

Vi starter den 5. sep. til 5. dec. 2025. Og igen den 2. jan.- 1. maj 2026.

Leder: *Kirsten Larsen*, ☎ mobil 2057 1587.

SKRIV ELLER FORTÆL

Vi skriver erindringer i form af episoder fra vores liv, og vi skriver og fortæller desuden om emner, som vi har et personligt forhold til. Bidragene drøftes, og vi inspirerer hinanden til at give nogle velmente tilbagemeldinger. – Vi mødes den første torsdag i hver måned fra kl. 14.00 til senest kl. 17.00 på Rødovregård. Møderækken starter den 4. september 2025 og slutter 4. juni 2026. – Leder:

Flemming Rigét, ☎ 5154 9116, e-mail: flemming.riget@gmail.com

LITTERATUR III

Deltagerne og studiekredslederen beslutter, hvilke bøger gruppen skal læse. Mødested: Havestuen på Rødovregård den 2. fredag i hver måned kl. 13.00-15.00. Første gang d. 12. sep. Slut 8. maj 2026.

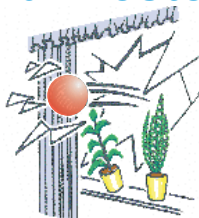
Leder: *Ingrid Hansen*, ☎ mobil 2217 7940.

LITTERATUR IV

Deltagerne og studiekredslederen beslutter, hvilke bøger gruppen skal læse. Mødested: Havestuen på Rødovregård den 2. tirsdag i hver måned kl. 13.00-15.00. Første gang d. 9. sep. Slut 14. apr. 2026.

Leder: *Annie Former*, ☎ mobil 2361 7515.

Glarmester Gustav Sørensen & Søn Aps



Brusekabiner
Facetslibning af spejle, glas & glasmontrer
efter opgave
Forhandlere af vinduer og døre
79 år med glas i Rødovre

Tlf. 36 70 18 45



Rødovrevej 288-290 • 2610 Rødovre • E-mail: info@gs-glarmester.dk

Støt vore annoncører! De støtter os

SLÆGTSFORSKNING

Deltagernes fælles interesse er slægtsforskning, og vi deler de erfaringer, vi har opnået gennem tiden. Vi inspirerer hinanden til videre søgning, og deler viden om de arkiver, vi har været inde i, og om de papirer vi har om vores aner.

Vi giver hinanden tips om brugen af internettet og om nye internet-adresser, hvor slægtsforskere kan komme videre i søgningen.

Gruppe 2

Vi starter onsdag den 10. september 2025 og mødes i Dueslaget på Rødovregård i **ulige uger** kl. 10.00 til 12.00. Sæsonen slutter 22. april 2026.

Leder: *Arly Larsen*, mobil 4046 1249, mail: arly@larsen.tdcadsl.dk

Gruppe 3

Vi hjælper og støtter hinanden med mange års erfaring og prøver at besøge relevante lokationer, hvis der er ønsket om det.

Vi mødes mandag i **lige uger** kl. 10.00-12.00 i Dueslaget på Rødovre-gaard.

Start mandag den 1. september 2025. Sæsonslut 30. marts 2026.

Leder: *Søren Thaae*, mobil 2946 0428, mail: soerenthaae@gmail.com

EDB på Dueslaget

Vi har en studiekreds med socialt samvær, hvor vi hjælper hinanden inden for IT's forunderlige verden med forskellige programmer såsom PowerPoint, YouTube, Corel Draw m.m. – Måske ny brugbar viden, som vi kan dele med hinanden.

Vi starter mandag den 8. sep. og mødes i Dueslaget på Rødovre-gaard mandage i **ULIGE uger** kl. 09:30 til 12:00. Sæsonen slutter den 20. april 2026.

Leder: *Sven Gamst Johansen*, mail: gamst@privat.dk



Vejen til den rigtige tryksag

**ISLEV TRYK
& PRINT**

Vasekær 4A 2730 Herlev
Tlf. 44 53 52 00 ef@islevtryk.dk

HAR DU BRUG FOR

et råd om sociale, juridiske eller økonomiske forhold, så ring til Ældre Sagens rådgivere på telefon. 8030 1527 og 7089 0081.

Åbningstider: man-, tirs-, ons-, og fredag kl. 10-14 og torsdag kl. 14-18.

FØRSTEHJÆLPKURSUS med Hjertestarter.

Igen i denne sæson tilbyder vi førstehjælpkursus med Hjerte-Lunge-Redning inklusive kursus i hjertestarter. Kursus udbydes med støtte fra TRYKFONDEN og underviserne er certificerede reddere fra "Red-dernes Førstehjælp".

Vi forventer at gennemføre to kurser i foråret 2026, ét formiddagshold og ét eftermiddagshold, hver med maks. 16 deltagere.

Datoerne er: Fredag 6. marts kl. 13.00-17.00 og lørdag 14. marts 09.00-13.00. Det bliver endeligt bekendtgjort i Rødovre Lokal Nyt og på hjemmesiden. – Alle er velkomne også ikke-medlemmer.

Kurserne finder sted på Rødovregaard.

Billetter à kr. 50,- kan købes online via lokalafdelingens hjemmeside www.aeldresagen.dk/rødovre eller på Hovedbiblioteket i to uger, fra 14. februar til 27. februar 2026. – Leder:

Sven Arne Steffensen, ☎ mobil 2465 1030 ell. sasteffensen@26b.dk



**RØDOVRE
BEGRAVELSESFORRETNING**

Din lokale bededame

**Tryghed & tillid i
processen**



Christie Rosenberg



Danske
Bedemænd

Rødovre Centrum • 1P, 2. 273
kontakt@bede.dk • www.bede.dk
DØGNTELEFON 36 72 00 82



GROWING TREES NETWORK
FOUNDATION

MAN GÅR IKKE I STÅ AF AT BLIVE GAMMEL.

MAN BLIVER GAMMEL AF AT GÅ I STÅ.

ÆLDRELOVEN, sådan påvirker den dig.

I Danmark træder en ny ældrelov i kraft 1. juli 2025. Loven er en politisk reform, der skal sikre bedre sammenhæng, kvalitet og selvbestemmelse i hjælpen til ældre.

For at få hjælp efter Ældreloven skal du have brug for pleje og omsorg, fordi du ikke længere kan klare dig selv i hverdagen. Det kan skyldes nedsat fysisk, psykisk eller social funktionsevne.

Hjemmeplejen ændrer navn til *helhedspleje* og består af det, der kaldes *pleje- og omsorgsforløb*.

Du kan vælge **privat leverandør** til at udføre hjælpen i stedet for den kommunale. Den private leverandør skal kunne give alle typer af hjælp, som du er visiteret til.

Selvbestemmelse er en central del af Ældreloven, og derfor vil du løbende få indflydelse på den hjælp, du har fået tildelt i et forløb.

Faste teams, færre mennesker i dit hjem. Hvis kommunen vælger faste teams, vil det betyde, at der ikke kommer så mange forskellige mennesker i dit hjem.

(Ovenstående er et meget lille udpluk af den nye Ældrelov.)

Kun for medlemmer af

Ældre  **Sagen**

KILDEMOES

Kildemoes SKARØ er en lækker **elcykel** med en driftssikker Shimano centermotor, som passer til hverdagens udfordringer.

Motorens centrale placering giver en god balance i cyklen. Fodbremsen og rulebremsen sørger for sikker nedbremsning i al slags vejr.

Fuld udstyret med lås, AVS-bagagebærere foran og bagpå, skærme og støtteben, for- og baglygte. (Cykelkurv er tilkøb).



BEGRÆNSET ANTAL



NU KUN
13.999 DKK
SPAR
8.500 DKK

Tilbuddet inkluderer:
GRATIS samling og justering
og **GRATIS** eftersyn efter 2 mdr.

SAMLET VÆRDI 1.175,-

Albertslund Cykler - Kanalens kv. 2, 2620 Albertslund - Telefon: 43 64 14 66

BESØGSVENNER -- En mulighed for dig?

Kommer du ikke så tit hjemmefra, som tidligere? Er dine dage for lange og livet lidt trist? Så kan du som besøgsvært invitere en besøgsven hjem til dig. Jeg besøger dig først, for at høre lidt om dig og dine ønsker, så jeg kan vælge den besøgsven, som du kan få mest glæde af. Dine pårørende er meget velkomne til at kontakte mig for at høre mere.

Måske er du en kommende besøgsven? Hvis du tænker, at du har overskud og er nysgerrig efter at møde et nyt menneske til jævnlige besøg i dennes hjem, så hører jeg meget gerne fra dig. Du skal være voksen, ansvarlig og pålidelig. Ældre Sagen tilbyder materialer, kurser og forsikring. og du får et ID-kort med billede. Lokalt i Rødovre er der sammenkomster, hvor vi udveksler erfaringer og får inspiration til at udvikle relationen med besøgsværterne.

Aktivitetsleder og kontaktperson for besøgsvennerne er

Åse Munk Mortensen. Du træffer mig på ☎ mobil 2216 2274, eller du kan skrive til mig på e-mail: aase_mortensen@hotmail.com.

DEN HJÆLPENDE HÅND

Har du brug for hjælp til praktiske, mindre opgaver i hjemmet, – så er vi en mindre gruppe frivillige, med hænderne skruet rigtigt på, som gerne vil hjælpe Ældre Sagens medlemmer i Rødovre med at løse små opgaver i hjemmet. Vi kan sætte billeder, hylder, pynt og reoler op, montere væg- og bordlamper (også i beton). Vi sætter persiener, gardiner og rullegardiner op, vi samler, og skiller møbler ad, justerer skuffer og låger, og laver forskellige små reparationer.

Vi laver ikke fysisk krævende arbejde, havearbejde, sætter ikke fjernsyn op eller indstiller kanaler, og udfører ikke arbejde der kræver autorisation eller påfører håndværkere konkurrence. Vi er frivillige og ulønnede, så det koster ikke noget, bortset fra de materialer, vi måske køber og bruger på at løse opgaven. – **Desværre mangler vi i øjeblikket en leder. Så hvis det er noget for dig, hører vi meget gerne fra dig.**

SKOLEVENNER

skal være med til at bygge bro mellem generationerne. De er tilknyttet en fast klasse og deres lærer i indskolingen og deltager fx med højt-læsning, hygge og lettere lektiehjælp, når det passer ind i din kalender. – Indtil videre er der lavet en aftale med Nyager Skole. – Kontaktperson: *Lone Larsen*, ☎ 2372 7251 eller lone@lonelarsen.dk

BISIDDERORDNING

Har du et møde med kommunen, hospitalet, lægen, banken eller lignende institutioner, og ønsker du gratis følgeskab og støtte fra en person med erfaring og tavshedspligt? En bisidder, kan hjælpe dig med at forberede mødet ved at formulere spørgsmål og støtte dig under mødet. Bisidderen hjælper også med at huske, hvad der blev aftalt. Har du et behov, kan du kontakte *Aase Sandbæk*, ☎ mobil 2924 0090

BOGVENNER

Ældre Sagen i Rødovre er blevet tilbudt et samarbejde med Rødovre Bibliotek for at sikre, at alle borgere fortsat kan låne bøger på biblioteket. – Én gang hver måned, på nær i sommerferietiden, udbringes de bøger som er bestilt, og samtidig afhentes de læste bøger tilbage til biblioteket. Ordningen er ikke helt på plads endnu, men forventes at starte til efteråret. Kontakt undertegnede, hvis du er en sådan låner.

Leder: *Ole Steenberg*, ☎ 2335 7603, e-mail: olelundste@gmail.com

SPROGVENNER

kobler mennesker sammen for sproglig og kulturel udveksling gennem venskaber. Det er et samarbejde mellem voksne af forskellige aldre og udenlandske personer, som ønsker at forbedre deres dansk. Dette partnerskab giver begge parter mulighed for at udveksle viden og erfaringer. – Er du interesseret i at blive en sprogvener eller har brug for en, kan du kontakte *Lise Juncker* på lisejuncker42@gmail.com eller *Deeka* på deeqaabdisaid@hotmail.com

IT-HJÆLP i hjemmet

Har du problemer med din internetforbindelse, printer eller din stationære PC, så kan du få hjælp hjemme hos dig selv. Vi har nogle dygtige IT-hjælpere, som meget gerne kommer hjem hos dig og hjælper dig videre, hvis du er medlem i Rødovre. – Ring, SMS og aftal et besøg via vores hotline, mobil 9399 2465 eller send en mail til:

lt.aeldresagen.rodovre@gmail.com – Leder:

Sven Arne Steffensen, ☎ mobil 2465 1030 ell. sasteffensen@26b.dk

TELEFONKÆDE Tryghed i hverdagen

Telefonkæden, som vi tilbyder i samarbejde med Rødovre Sogns Menighedspleje, skal skabe tryghed for mennesker, der bor alene. – Man bliver dagligt ringet op mellem kl. 8.00 - 9.00 for at sikre, at alt er i orden.

– Alle kan deltage. Kontakt:

Elsbeth Sørensen på ☎ 2872 5463 eller elsbeth@roneklint.com

HERREVÆRELSET Kom og vær med!

Ældre Sagen i Rødovres Herreværelse er et frirum for mænd med forskellige holdninger og interesser. Vi hygger os over en dejlig frokost, hvor vi snakker og diskuterer på livet løs. I Herreværelset vil du opleve nærvær, kammeratskab og støtte i fællesskabet. Her har du gode muligheder for at finde en, som du har noget til fælles med, en der har samme interesser som dig, – måske kan du blive en del af en gruppe.

Mange gange synger vi en sang. Tit er der et foredrag. Det sker, at der er underholdning, og der er også møder uden noget på programmet. Prisen er 100 kr. for frokost med sild, to flotte stykker smørrebrød, en ostemad, kaffe/te og wienerbrød. – Drikkevarer til 10 kr. pr. genstand.

Datoer for møder i Herreværelset sæsonen 2025/2026:

2025: 20. august, 24. september, 22. oktober og 3. december.

2026: 14. januar, 11. februar, 11. marts, 8. april, 6. maj og 3. juni.

Tilmelding til aktivitetsleder *Ture Skriver* på mobil: 2372 6943, E-mail: skriver.biilmann@gmail.com eller til aktivitetsleder *Knud Erik Lykkegaard* på mobil: 4074 3022, E-mail: knuderiklykkegaard@gmail.com

DANMARK SPISER SAMMEN



SPIS FÆLLESSKABET I GANG ÉN AF DAGENE

Vil du være med til at danne nye fællesskaber og sætte fokus på bekæmpelse af ensomhed? Folkebevægelsen mod Ensomhed og Ældre Sagen opfordrer hele Danmark til at spise sammen i uge 17 hvert år, og det gør vi ved fællesspisning med og for ensomme i Loen på Rødovregaard **både** d. 21. og d. 24. april 2026 kl 12.30.

Vi tilbyder en lækker 2-retters middag (ekskl. drikkevarer) med efterfølgende kaffe med lidt sødt til, og vi slutter af med et lotteri.

Billetter à kr. 60 reserveres på telefon 3151 7191 fra kl.10 til 15, tirsdag den 7. april 2026, og skal afhentes på Højnæsvej 63C, torsdag den 9. april 2026 mellem kl. 13.00 og 15.00.

FRIVILLIGE EFTERLYSES

Vi har mange frivillige i Ældre Sagen i Rødovre. De er grundstammen i de mange aktiviteter Ældre Sagen kan tilbyde, og heldigvis er der kommet flere nye frivillige til i løbet af året, så vi har kunnet opretholde et højt aktivitetsniveau.

Men nogle frivillige bliver nødt til at stoppe bl.a. af helbreds-mæssige grunde, og samtidig er der ønske om flere nye aktiviteter.

Det betyder, at der er **behov for flere nye frivillige. – Vi efterlyser derfor nye frivillige, som vil påtage sig arbejdet som frivillig.**

Som frivillig bestemmer du selv, hvilke opgaver du vil påtage dig. Du får mulighed for at deltage gratis på kurser, og du modtager frivilligbladet Ældre Sagen AKTIV fire gange om året. Vi sørger for, du er forsikret, når du udfører din frivillige indsats, samtidig har du ingen udgifter ved at være frivillig.

I Rødovre kan vi bruge nye frivillige bl.a. som besøgsvenner, sprogvenner, indenfor demensområdet, herreværelset, trave- og slentreture, eller du kan selv komme med et forslag til en ny aktivitet.

Hvis du er interesseret, kan du kontakte formanden eller en anden kontaktperson fra bestyrelsen.

HUSORKESTRET

er et musikalsk mødested for glade amatørmusikere. Så har du et instrument, som trænger til at blive spillet på, er du velkommen til at deltage. Det kræver ikke professionelle færdigheder, men engagement, elementært nodekendskab og lyst til at spille. I orkestret er der for tiden violiner, mandoliner, harmonikaer og medlemmer, som spiller på klaver, saxofon, klarinet, guitar og kontrabas, og vi har tillige en sanger. For tiden er vi 14 glade musikere.

Vi øver hver mandag i Ældrecentret Broparkens store festsal, Slots-herrens Vænge 2 fra kl. 11.30 til ca. 14.30 med en indlagt lille kaffepause ca. 12.45. Det er gratis at deltage. Prøverne er åbne prøver, så alle er velkomne til at komme og lytte.

Vores repertoire spænder vidt, men består hovedsageligt af kendte danske og udenlandske slagere og populærmusik. Nogle gange i løbet af efteråret og foråret spiller vi koncerter på ældre- og plejehjem.

Vi indleder vores sæson første mandag i september og slutter sidst i maj. Skriv eller ring til: *Erik Tybjerg-Pedersen* ☎ mobil 2679 6616. eriktybjerg@hotmail.com.

Under denne rubrik arrangerer vi besøg på museer, virksomheder, udstillinger, institutioner og andre seværdigheder. Der vil komme flere arrangementer i foråret 2026, og du vil kunne holde dig underrettet ved at åbne lokalafdelingens hjemmeside, som løbende bliver opdateret. Har du et godt forslag, så kom frem med det, og vi vil prøve, om det kan realiseres. Vi er modtagelige for gode idéer og ønsker. Nye arrangementer vil blive annonceret i Rødovre Lokal Nyt og på hjemmesiden.

Da der for det meste er begrænset deltagerantal ved vores arrangementer, **skal** man sikre sig adgangsbillet, idet besøgsstederne principielt ikke tillader flere besøgende, end de har meddelt os.

Hvor der er udleveret billetter, skal disse medbringes og fremvises på forlangende ved besøget. – Billetter købes kontant på kontoret, Højnæsvej 63 C eller online på lokalafdelingens hjemmeside.

I sæsonen 2025 - 2026 har vi arrangeret følgende besøg, dog med forbehold for eventuelle ændringer og aflysninger:

NYHAVNS HEMMELIGHEDER

Mandag den 8. september 2025 kl. 11.00 mødes vi ved ankeret i Nyhavn for at få en rundvisning af Kim Greiner, som vil fortælle om Nyhavns hemmeligheder. Prisen er 100 kr. pr. person. Max 25 personer. Køb af billetter online på lokalafdelingens hjemmeside eller på kontoret Højnæsvej 63C, torsdag den 28. august 2025 kl. 13-15.

Turleder: *Laila Parbst*, ☎ mobil 2310 3220.

CARLSBERGBYEN

Mandag den 6. oktober 2025 kl. 11 mødes vi på Carlsberg Station for at få en rundvisning i den forvandlede industrigrund, som er blevet til et levende bykvarter. Prisen kr. 100 pr. person. Max 25 personer.

Der vil være et kaffestop undervejs med mulighed for at smage året 2024's bedste kaffe. (Det er egen betaling).

Køb af billetter online på lokalafdelingens hjemmeside eller på kontoret på Højnæsvej 63C, torsdag den 25. september 2025 kl. 13-15.

Turleder: *Laila Parbst*, ☎ mobil 2310 3220.

DOMICIL™
BLOMSTER

TELEFON: 36 41 40 42
DOMICILBLOMSTER.DK

BLOMSTER TIL ENHVER LEJLIGHED

Blomsterautomaten foran butikken er altid åben.

Den bliver fyldt op flere gange dagligt.

Fortvej 3 - www.domicilblomster.dk

Støt vore annoncører! De støtter os

SKOMUSEET

Mandag den 16. februar 2026 kl. 10.15 vil der være rundvisning på Skomuseet i Hellerup, Vespervej 40, Hellerup. Rundvisningen vil vare ca. 2 timer. Prisen er 50 kr. pr. person inkl. kaffe/te. Max 15 personer.

Køb af billetter online på lokalafdelingens hjemmeside eller på kontoret Højnæsvej 63C, torsdag den 5. februar 2026 kl. 13.00-15.00.

Turleder, *Karin Nielsen*, ☎ mobil 2163 7599.

POSTMUSEET

Onsdag den 18. marts 2026 kl. 10 fra Rødovre Centret med bus 7A går turen til Posthuset Enigma på Østerbro. Vi får en rundvisning, og derefter kan vi gå rundt og kigge lidt mere. Da Fælledparken er lige ved siden af, er der mulighed for en spadseretur dér efterfølgende.

Prisen vil være 125 kr. Max 20 personer.

Køb af billetter online på lokalafdelingens hjemmeside eller på kontoret Højnæsvej 63C, torsdag 5. marts 2026 kl. 13.00-15.00.

Turleder, *Lise Kjeldsmark*, ☎ mobil 2094 1951.

BANK- og SPAREKASSEMUSEET

Mandag den 18. maj 2026 kl. 11.00 besøger vi Bank- og Sparekasmuseet. Der vil være en guidet rundvisning i de to faste udstillinger.

Den ene "Penge - dine, mine og vores" indeholder bl.a. interiør fra en bankfilial fra starten af 1900-tallet og dele af C.F. Tietgens kontorinventar. Den anden "Alle tiders sparebøsser" rummer flere end 1.400 sparebøsser. – Efter rundvisningen ser vi i kælderen nogle af de gamle fade fra tiden med kirsebærlikør produktion – og får mulighed for at smage et glas Cherry Heering. Rundvisningen varer ca. 1½ time.

Museet er beliggende i den gamle Heerings Gaard, Overgaden neden Vandet 11 på Christianshavn – tæt på metrostationen.

Prisen for deltagelse er kr. 100 for op til 25 deltagere. – Køb af billetter online på lokalafdelingens hjemmeside eller på kontoret på Højnæsvej 63C, torsdag den 7. maj 2026 kl. 13.00-15.00.

Turleder, *Anne Christiansen*, ☎ mobil 2370 9161.

Dans folkedans i Den lille Vendelbo

Onsdage kl. 19.30 – 21.15, sæsonstart 3. september

www.dlv.dk, FB: Den Lille Vendelbo – folkedans, tlf. 40 35 21 85

Støt vore annoncører! De støtter os

Malerfirmaet Jan Dohlmann

Trænger boligen til
at blive frisket lidt op?

Så ring til den
dygtige malermester

Tlf.: 60 12 66 77

Dit ønske
- mit mål !



Vi maler grønt.....



....og kører 100% på EL

www.jandohlmann.dk



Har du
brug for
en
advokat?

Advokat Helle Lunde

Axus Advokater, Advokatanpartsselskab
Strandvejen 72, 1. th, 2900 Hellerup

Tlf. 70 220 430

hlr@axusadvokater.dk • www.axusadvokater.dk

VORE SPECIALER:

RÅDGIVNING VED DØDSFALD
OG BEHANDLING AF DØDSBOER

- Tag de rigtige beslutninger

UDARBEJDELSE AF TESTAMENTE

- Få papirerne i orden

KØBAFEJENDOM

- Få rådgivning og ordnet alt papirarbejdet

Kontakt advokat Helle Lunde Rasmussen på telefon eller
mail for en uforpligtende drøftelse.



AXUS ADVOKATER

Smagfuld HVERDAGSMADLAVNING for mænd

I fællesskab dykker vi ned i madlavningens kundskaber og tilbereder lækre hverdagsretter i det nyrenoverede skolekøkken på Nyager Skole. Nu med ny leder.

Vi mødes onsdage i **lige** uger, tidsrummet kl. 16.00-20.00.

Der er ingen kursusafgift, dog betaler vi et beløb ved hver mødegang for indkøbte råvarer.

Vi indleder sæsonen onsdag d. 3. september og slutter 29. april 2026.

Leder: *Flemming Mathiasen*, ☎ 2021 1202. jfmathiasen@pc.dk

Lettere Sund MADLAVNING for mænd og kvinder 60+

Vi fortsætter vores kursus i madlavning for M/K hold i skolekøkkenet på Rødovre Skole. Nu med ny leder.

Vi mødes mandage i **lige** uger, tidsrummet kl. 16.00-19.30.

Der er ingen kursusafgift, dog betaler vi 60 kr. ved hver mødegang for indkøbte råvarer.

Vi indleder vores sæson mandag d. 15. september 2025 og slutter 11. maj 2026.

Leder: *Lone Kemp*, ☎ mobil 2092 0425.

Er du mere til at få maden SERVERET, så har vi noget vi kalder for:

MAD-HYGGE-DAG

Vi fortsætter med mad-hygge-dagene under temaet "Ingen skal spise alene". Kom til et par hyggelige timer og nyd den dejlige mad og den gode samtale i Kostalden på Rødovre Regaard. Efter maden drikker vi en kop kaffe eller te, og derefter trækkes der lod om blomsterne på bordene. – Kom og træf nye venner. Vi har plads til 60 personer.

I efteråret starter vi tirsdag den 9. september kl. 12.30, og fortsætter hveranden tirsdag i **ulige** uger til og med den 2. december.

Efter jul fortsætter vi igen tirsdage i ulige uger fra den 13. januar til og med den 24. marts 2026. – Prisen for mad, kaffe og småkager er 60 kr.

Drikkevarer købes til rimelige priser.



Billetsalg på Hovedbiblioteket fra mandag til og med lørdag i ugen før, samt (måske) i et meget begrænset antal ved vores Torsdags-træf.

Leder: *Karin Nielsen*, ☎ 2163 7599.

RABAT

Er du ny kunde
og medlem af
Ældre Sagen
får du
10 % rabat
på krone-arbejde.

LAD OS HJÆLPE DIG

Vi udfører alm.
tandpleje som plast,
parodontitis og kroner,
samt proteser og
implantater med
originale
kvalitetsprodukter

RØDOVRE TANDLÆGERNE
Tårnvej 151, 2610 Rødovre
TLF 3670 3266
EMAIL: info@roedovretand.dk
www.roedovretand.dk

RØDOVRE TANDLÆGERNE



BRIDGE

For **alle bridge-holdene** gælder: Der betales kr. 50 for henholdsvis efterårssæson og forårssæson.

Rødovregaard, Loen, Kirkesvinget 1.

Fra mandag den 1. september 2025 og de følgende mandage spilles der som sædvanlig fra kl. 10.00-13.00. Slut den 4. maj 2026.

Leder: *Jørgen Mølgaard*, ☎ mobil 5230 2944.

Brohuset, Slotsherrens Vænge 2.

Fra tirsdag den 2. september 2025 kl. 10.00-13.00, til d. 5. maj 2026.

Leder: *Allan Harpsøe*, ☎ mobil 2530 8217.

Brohuset, Slotsherrens Vænge 2. NB! Nyt Hold. Tilmeld. som par.

Fra torsdag den 4. september 2025 kl. 13.00-16.00, til d. 7. maj 2026.

Leder: *Allan Harpsøe*, ☎ mobil 2530 8217.

WHIST

Vi fortsætter vores whisthold, hvor der kan være op til 25 deltagere. Har du lyst til at spille whist, så kom og vær med. Holdet mødes på Rødovregaard i Hestestalden hver fredag kl. 12.30-16.00.

Sæsonen starter den 29. august 2025 og slutter 8. maj 2026.

Leder: *Birthe Bendtsen*, ☎ 2513 4628.

SOMMERUDFLUGT 2026

Fredag den 12. juni 2026 går turen fra Rødovre politistation, Kirstine Pedersens Vej 6, Kl. 8.30 til Knuthenborg Safaripark. Her skal vi se de dejlige dyr. Både fra bussen og lidt til fods. Efter et par timer fortsætter vi til Restaurant Bangs Have, hvor vi får en platte inkl. en øl/vand eller et glas vin.

På tilbageturen vil der være en kop kaffe. Vi vil være tilbage ca. kl. 16. – Prisen for alt dette er kr. 600. Turen er kun for medlemmer i Rødovre.

Billetsalg på kontoret på Højnæsvej 63C den 28. maj 2026 kl. 13.00-15.00. Husk medlemsbevis. Ret til ændringer forbeholdes.

Arrangør: *Lise Kjeldsmark*, ☎ mobil 2094 1951.



HAR DU ET BEHOV FRA KOMMUNEN så kontakt Borgerservice på tlf. 3637 7000.

JULEUDFLUGT

Lørdag den 8. november 2025 tager vi med bus til julemarked på Kragerup Gods, hvor der vil være en masse boder og julehygge.

Efter et par timer fortsætter vi til Gyrsting Skovkro, hvor vi får en 2-retters middag. En øl/vand eller et glas vin er inkl.

Efter den dejlige mad kører vi forbi Brink Nordik, som laver håndlavet julepynt, inspireret af antik julepynt og nordiske traditioner. Mundblæst og smukt hånddekoreret. – Der er buskaffe på vejen hjem.

Prisen for denne tur vil være 600 kr.

Vi kører fra Rødovre politistation kl.

9.00, og er tilbage kl. 16.00.

Billetsalg på kontoret på Højnæs-

vej 63C fra den 30. oktober kl. 13-15. Begrænset deltager antal.

Kun for medlemmer i Rødovre.

Arrangør: Lise Kjeldsmark ☎ mobil 2094 1951.



BLIV EN GOD LYTTER. – DINE ØRER
VIL ALDRIG BRINGE DIG I VANSKELIGHEDER

Hvil I Fred - Begravelse
v/Stine Velling - bedemand

Tryghed og nærvær - når det sidste farvel skal føles helt rigtigt.

Tlf. 51 41 46 46

Lokalkendt i Rødovre og omegn
Jeg møder dig gerne hjemme, så vi i ro kan planlægge et smukt farvel.

HVILIFRED.DK

HVIL I FRED
BEGRAVELSE

NYD DIN NUTID PÅ EN SÅDAN MÅDE,
AT DEN IKKE ØDELÆGGER DIN FREMTID

TORSDAGS-TRÆF

Sæsonen starter torsdag den 4/9 2025 i Loen på Rødovregaard.

Foredragene fremgår af teksten herunder og kan desuden ses lidt dybere beskrevet på lokalafdelingens hjemmeside. Den 4/12 er sidste gang inden jul, og vi starter i 2026 den 8/1. Sæsonafslutning endnu ikke fastlagt. – Deltagelse koster 40 kr., som betales kontant eller med MobilePay ved indgangen. Vi begynder med velkomst og sang klokken 9.30, hvorefter kaffe/te og rundstykker kommer på bordene.

Hvis ikke andet fremgår af teksten herunder, starter dagens foredrag kl. 10.00 og varer til ca. 11.30. Der er ingen tilmelding, og vi plejer at være 70-90 deltagere.

Vi ser frem til at mødes med såvel stamgæster som nye deltagere.

Ledere: *Anne B. Christiansen*, ☎ 2370 9161 og

Åse Munk Mortensen, ☎ 2216 2274.

4/9. Kroppen lyver aldrig! Kropssprogets betydning. Kjeld Høegh gennemgår i dette foredrag kroppens mange spektrede udtryk – fra territorier og zoner vi, som dyrene, forholder os mere eller mindre ubevidst til, over kropsholdninger, betydningen af arm- og ben barrierer, mimiske signaler med øjne, smil, hænder – måden vi går og står på m.v. Alle de signaler, vi ubevidst sender til omgivelserne har stor betydning for hvordan vi bliver opfattet som person og som menneske.

Et spændende, humoristisk og levende indblik i kropssprogets mange facetter.

11/9. Bid livet i låret -- noget om Benny Andersens livsappetit. Bruno Rasmussen læser nogle af Benny Andersens digte op og kæder dem sammen på både humoristisk og alvorlig vis – med kommentarer om Svante, livsappetit og "undgænger". Undervejs synger vi et par af hans sange som fællessang.

18/9. Europas Mikro-magiske lande. Jan Tvernø tager os med på et godt gammeldags roadtrip til Europas charmerende og kontrastfyldte små stater: Luxemburg, Liechtenstein, San Marino, Monaco og Andorra. Tilsæt enklaverne Campione (Italien), Llívia (Spanien), Ruckschlag (Tyskland) samt det selvudråbte monarki Seborga med deres egen prinsesse, møntfod og forfatning, og du har ingredienserne til en krydret geopolitisk gryderet, som har simret siden Romertiden.

25/9. Legendernes Danmark. De ældste kilder til Danmarks historie er vævet ind i et spind af fortællinger og genfortællinger. Hvor gammel

blev Gorm den gamle egentlig? Var der tempelriddere på Bornholm? Boede Hamlet virkelig på Kronborg, og var han så nabo til Holger Danske. Anders Lundt Hansen tager os på en rundrejse i Legendernes Danmark og kommer forbi nogle af de afgørende punkter i den tidlige danmarkshistorie, og får afgjort én gang for alle hvad der er historie, og hvad der er røverhistorier.

2/10. Pårørende efterlyses. Hvert år dør ca. 350 personer helt alene. I de fleste tilfælde lykkes det kommunen at finde pårørende, men i ca. 100 tilfælde må man indrykke en efterlysende dødsannonce i dagbladene. Under foredraget vil Ida Holst give os et indblik i, hvem der gemmer sig bag disse dødsannoncer. Der er alkoholikeren, der var afholdt af vennerne på værtshuset, kvinden der overlevede hele sin familie, men som alligevel ikke døde alene, den ensomme mand der blev svigtet af alle, da han blev syg.

9/10. Genistreger af Leonardo da Vinci. Leonardo da Vinci (1452-1519) er måske den mest berømte kunstner overhovedet. I hvert fald er han manden bag verdens mest berømte maleri Mona Lisa. Leonardo levede op til sin tids ideal om universalgeniet, et menneske, der boltrede sig indenfor mangfoldige vidensområder. Han beskæftigede sig ikke blot med billedkunst og arkitektur, men også med anatomi, botanik, mekanik, krigsteknologi og uendeligt meget mere. I dette foredrag sætter Mathilde Teglgaard Nielsen fokus på højrenæssancemesterens liv og værk.

16/10. De græske filosoffers bud på lykke, sindsro og det gode liv. Filosofi betyder kærlighed til visdom. De gamle græske filosoffer fandt veje til lykke og det gode liv. De havde værktøjer til at opnå det de kaldte for sjælefred og ro i sindet. Deres tanker er lige så relevante nu som den gang. Kasper Renee Johansen, som er cand.mag. i filosofi, fortæller det hele på en sjov og anderledes måde. Du bliver udfordret og du bliver klogere på oldtidens visdom.

23/10. Smerte i nyt lys – Hvordan påvirker din forståelse af smerte din hverdag? Kom til et tankevækkende foredrag med smertespecialist Mathilde Kehler og få de tre vigtigste principper til bedre smertehåndtering baseret på den nyeste videnskab. Enkle greb, der kan gøre en reel forskel i din hverdag. Mathilde er smertespecialiseret fysioterapeut, smertecoach og stifter af Smerteguiden.dk

30/10. **Hvad bør du vide om fuldmagter?** Jurist fra Ældre Sagen Charlotte Szymalas holder foredrag om fuldmagter og værgemål. Vi kommer omkring fremtidsfuldmagter, digitale fuldmagter og øvrige fuldmagter. Desuden fortæller hun om, hvornår værgemål er aktuelt samt følgerne af et værgemål.

6/11. **Grønland i fortid og nutid.** I dette foredrag vil Klaus Berg give et indblik i og overblik over dette mægtige land og en del af historien samt befolkningen. Hvordan er den politiske ledelse, forhold for børn og ældre, fritid, indkøbsmuligheder, boligmarkedet, infrastruktur og hvad der i øvrigt skaber et samfund.

13/11. **Det er en skrøne,** at det skal gøre ondt at blive gammel. Krops-terapeut Sisse Sadolin vil gøre dig klogere på din magiske krop. Hun vil fortælle om kroppens forsvar, når vi bliver skadede, om hvad de forskellige smerter fortæller os, og hvilke smerter vi skal reagere på. Få en ny forståelse af, hvad det er som skaber smerter og stivhed i kroppen, og få tips til, hvordan du kan begynde at gøre din krop levende igen.

20/11. **Fortællinger om dansk kultur.** Foredraget er en kulturhisto-risk rejse gennem Danmark. Turen går fra Samsø over Odense til København med stop ved seværdigheder. Lars Højby samler små fortællinger til en større fortælling om kulturelle værdier i fortid, nutid og fremtid.

27/11. **Der, hvor vi færdes.** Dansk arkitektur fra 1754 og frem til i dag. Hvad ville Sydney være uden sit Operahus, Aarhus uden sit rådhus og København uden sine havnebåde? Mathilde Teglgård Nielsen for-tæller historien om dansk arkitektur ved at sætte fokus på nogle af de mesterarkitekter, der har tegnet udviklingen.

4/12. **Kender du julens traditioner?** I år vil der ikke være besøg i Rødovre Kirke, men rundstykkerne vil traditionen tro være erstattet af juleboller. Erik Aksel Ejner Lindgren spørger: "Kender du julens tra-ditioner? – eller bliv overrasket". Hvad har Coca-cola, gl. bondeskikke & komfuret med højtiden at gøre? Der er klejner i juleforberedelserne, hvorfor en julebuk, og hvorfor er gåsen til bageren sendt.

Vi fortsætter igen efter nytår med nye og spændende foredrag.

SENIOR REJSER

GRUPPEREJSER TIL FRISKE OG LIVSGLADE SENIORER

Du bliver hentet centralt i din kommune og får hjælp til check-in og bagageaflevering.

På rejsemålet har din rejsegruppe jeres helt egen erfarne danske rejseleder hele ugen - både på hotellet og på udflugterne.

Inkluderet i begge rejser:

Bustransport fra din kommune til lufthavnen, assistance ved check-in i lufthavne, direkte fly, indchecket bagage, transport fra lufthavn til hotellet, 7 overnatninger på 3-4 stjernet hotel, 7 x morgenmad, 4 x frokost på udflugterne, 7 x aftensmad på hotellet, 4 x udflugter inkl. entréer, erfarne dansk rejseleder og godt selskab med ligesindede seniorer.



Charmerende Kreta

30. sep - 7. okt 2025

Ugens program:

- Græsk aften i hyggelig landsby, hvor vi spiser og underholdes med levende græsk musik
- Det "rigtige" Kreta og se hvordan grækerne lever og bor. Af afgrøder fra lokal urtehave, tilbereder vi selv en typisk græsk frokost
- Byrundtur i historiske Rethymnon og dens charmerende venetianske havn
- Arkadi klosteret danner ramme om en spændende udflugt, der omhandler Kretas historie samt landsbybesøg med keramik
- 2 fridage til fri disposition

Pris pr. person fra

10.995,-

Eneværelsestillæg +2.195,-



Inkl. bus fra
Rødovre og
Hvidovre
til lufthavnen til

Smukke Madeira

10. - 17. november 2025

Ugens program:

- Byrundtur i hovedstaden, Funchal, bl.a. med smagsprøver af den kendte Madeira-vin
- Øens mest fantastiske udsigter, bl.a. til "Nonnernes dal" og Winston Churchill's yndlingssted, det idylliske fiskerleje Câmara de Lobos
- Idylliske og frodige Santana på øens nordside, kendt for sine farverige, trekantede og stråtekte huse
- Besøg i kystbyen Santa Cruz samt mindre gåtur langs én af øens berømte levadaer (Madeiras vandingskanaler)
- 2 dage til fri disposition

Pris pr. person fra

12.995,-

Eneværelsestillæg +2.195,-



**Bella
Rejser**
Godt selskab for livsglade seniorer

☎ 27 31 37 05

✉ info@bellarejser.dk

🌐 www.bellarejser.dk

PETANQUE

Vi er tre hold, der fortsat spiller på banerne ved Jyllingevej 128.

Hver mandag og tirsdag fra 12.00-15.00 og hver onsdag fra kl. 10.00-13.00.

– Vi bliver ved, indtil det bliver for koldt, senest 27. okt., 28. okt. og 29. okt. 2025. Kom og vær med! Alle er velkomne.

Til foråret 2026 begynder

mandags- og tirsdagsholdet igen med at spille d. 13. og 14. april, onsdagsholdet starter den 15. april.

Alle hold fortsætter hen over sommeren. – Lederne er:

Mandags- og tirsdagshold: *Peer Bring*, ☎ 2248 6286.

Onsdagshold: *Susanne Skydt*, ☎ 6064 8533,

sanneskydt127@gmail.com

Efter redaktionens afslutning er tirsdagsholdet lukket.

KROLF

Det er en sport, som er rigtig god for især ældre mennesker. – Vi spiller på græsarealet bag Engskræntens Plejehjem. Kom og hyg dig med os. Vi spiller hver tirsdag fra kl. 10-11.

Efterårssæsonen slutter den 7. oktober 2025.

Til foråret starter vi igen den 7. april og slutter igen 6. oktober 2026.

Kun for medlemmer af Ældre Sagen. – Ledere:

Hanne Obel Glanning, ☎ 2462 8442, *Anni Christensen*, ☎ 2290 8766.

GÅTUR omkring Damhussøen

Der er gåture hver tirsdag året rundt. Vi starter kl. 11.00 foran Rødovre-regaard. Vi slentrer rundt om Damhussøen og nyder det altid gode vejr. Turen varer ca. en time. Det er gratis at deltage og tilmelding er ikke nødvendig. – De der vil, går bagefter ind sammen i Engskræntens Cafeteria og spiser (for egen regning). – Aktivitetsledere:

Birte Wienecke, ☎ 2068 1737 og *Birgit Johansen*, ☎ 2483 1555

MODEOPVISNING

Vore modeshows viser modetøj for den voksne kvinde 50+ søndag d. 26. oktober 2025 kl. 13 i Kostalden. Showet afholdes i samarbejde med "TØJ LOTTE". Vi hygger os med en kop kaffe/te/wienerbrød, mens vi får tøjet præsenteret af vore egne modeller. Bagefter kan vi prøve, evt. købe, tøjet i Hestestalden. Billetter kr. 50 købes kontant på Hovedbiblioteket i ugen før. Restbilletter sælges ved indgangen.

Der afholdes modshow igen den 1. marts 2026.

Leder: *Bente Piper*, ☎ 2921 9030. eller bente.piper@post.tele.dk

RÅDGIVNING angående akut sygdom

Brug Region Hovedstadens AKUTTELEFON nr. **1813**

SENIORGymNASTIK

Vi har to seniorgymnastikhold. Begge holdene er M/K hold og træner i "Spejlsalen" i Foreningshuset, Højnæsvej 63 på tirsdage.

Du skal medbringe et liggeunderlag, og vi bruger træningselastik på 2,5 m, som også skal medbringes. (Kan købes af Lissi for 60 kr.)

Træningen består i, at vi får rørt og styrket alle muskler, får pulsen op, trænet balanceevnen, og vi arbejder med at gøre din krop smidig. Der er både liggende og stående øvelser. Øvelserne styrker desuden koordinationen og holder hjernen skarp. Kun for Ældre Sagens medlemmer i Rødovre.

Bege hold starter den 2. september 2025 og slutter den 28. april 2026.

Hold 1 træner fra kl. 9.30 til 10.45.

Hold 2 træner fra kl. 11.00 til 12.15.

Aktivitetsleder og træner: *Lissi Lykkegaard*, ☎ mobil 6171 3022, e-mail lissilykkegaard@gmail.com

Fordi begge hold er fuldt optaget, er der oprettet en venteliste. Ønsker du at komme på ventelisten, så kontakt Lissi efter den 2. sep. 2025.

INSTRUKTØR SØGES. – Vi har plads til endnu et gymnastikhold på tirsdage fra 12.30 til 13.45. Er du interesseret i at blive gymnastikinstruktør for et nyt hold, så tag kontakt til Lissi. Ældre Sagen tilbyder kurser til nye instruktører og et godt netværk med andre motionsinstruktører. Lissi vil meget gerne hjælpe dig i gang, og du vil komme til at glæde nogle af de mange, der står på ventelisten.

BOWLING

Vi spiller i Rødovre Bowlinghal under Rødovre Centrum hver mandag fra kl. 13.00-14.00 fra 1. september 2025 til 27. april 2026.

Pris 600 kr. for efteråret 2025 og 600 kr. for foråret 2026.

Leder: *Ture Skriver*, ☎ 2372 6943.

BLADUDELERE

Tak til alle dem, der er med til at uddele hæftet. Vi vil jo gerne spare penge til porto. Det er jo samtidig en god måde at holde sig i form på. Et distrikt består af mindst 50 hæfter, men det gør ikke noget, hvis man kan bringe flere ud.

Som tak for jeres indsats inviterer bestyrelsen til en frokost, fredag den 15. august 2025 i Loen på Rødovregaard kl. 12.30.

Tilmelding til *Ture Skriver*, ☎ 2372 6943, inden 9. august.

SYNG SAMMEN

Kom i herligt selskab med sang efter højskolesangbogen og vores eget sanghæfte. Sted: Rødovregård, Kostalden. Tid: Kl. 14.00-15.50.

Efterår 2025: 17. september, 8. oktober, 19. november og 10. december.

Forår 2026: 21. januar, 11. februar, 18. marts og 15. april.

Tilmelding ikke nødvendig. Medbring selv drikkevarer/termokande.

Leder: *Jane Thomsen*, ☎ mobil 4233 3590, e-mail: jbthom@mail.dk

VINSMAGNINGSKURSUS

Kurserne foregår tirsdage i Havestuen på Rødovregaard kl. 14 -16.

I efteråret 2025: Den 23/9, den 21/10 og den 18/11.

I foråret 2026: Den 24/2, den 24/3 og den 28/4.

Vinkurset ledes af Finn Malten, professionel vinmand i over 50 år.

Der vil være smagning af 6 forskellige vine, der viser, hvor forskellige udtryk den samme drue kan frembyde og de faktorer, der påvirker smag og karakter. – Et hyggeligt og lærerigt kursusforløb. Pris kr. 150 pr. gang. Betaling ved indgangen kontant eller MobilePay. – Tilmelding nødvendig. Hvis holdet bliver overtegnet, oprettes venteliste.

Leder: *Pia Frost Jensen*, ☎ mobil 2446 0854.

VIL DU VÆRE HELT SIKKER, SKAL DU HUSKE AT MELDE ADRESSEFORANDRING TIL »MEDLEMSSERVICE«, TLF. 3396 8689.



Gå i teater i Rødovre

RØDOVRE TEATERFORENING

Sæsonstart i september 2025

Kontor:

"Viften" Rødovre Parkvej130

2610 Rødovre Tlf. 3124 3593

www.roedovreteater.dk

Giro 613-4076

SOMME TIDER ER DET BEDRE

AT TÆNKE MED HJERTET OG FØLE MED HJERNEN

Spar tid - bestil tid online

9391 0515

www.carlsroherrefrisor.dk

Også hjemmebesøg

CARLSRO HERREFRISØR



Indehaver

Alm. Klipning 299 kr.

Pensionistpris 250 kr.

Drengklipning 250 kr.

Hjemmebesøg 400 kr.

Mandag - fredag kl. 9.00-17.30

KAWA Tårnvej 237

Støt vore annoncører! De støtter os

FRIVILLIGKOMSAMMEN

Som en tak og en anerkendelse til alle jer, der gør en frivillig indsats som holdledere og hjælpere ved Ældre Sagen i Rødovres mange arrangementer, inviterer bestyrelsen jer til en hyggelig frokost, fredag den 8. maj 2026 kl. 12.30 i Loen.

Alle vore registrerede ledere og hjælpere vil få en skriftlig invitation.

ÅRSFEST for vore medlemmer.

Fredag den 24. oktober 2025 kl. 17.30 mødes vi i Loen på Rødovregård til vores årlige fest. Vi hygger, spiser, snakker, og efter midt dagen er der underholdning. Når vi ankommer finder vi vore pladser, og vi starter med et velkomstglas. – Kl. 18.00 får vi serveret en lækker to retters menu. – Når vi har nydt maden og samtalen, er der planlagt en lille pause til at strække benene, medens der gøres klar til en god kop kaffe/te, og der vil være et musikalsk indslag i løbet af aftenen.

Billetprisen er 250 kr. ekskl. drikkevarer. – Billetterne købes på vores kontor, Højnæsvej 63 dør C, torsdag den 2. oktober 2025 eller online i uge 40 fra den 29. september til den 4. oktober 2025.

LOKALT NYHEDSBREV

Har du ikke allerede tilmeldt dig som abonnent på vores lokale nyhedsbrev, opfordrer lokalafdelingens bestyrelse dig til at gøre det, idet det er én af de måder, vi benytter til at meddele vore medlemmer, når der sker nye ting, eller der sker ændringer i det allerede fastlagte program. Nyhedsbrevene udsendes ikke med regelmæssige mellemrum, kun efter behov. Tilmelding kan ske på lokalafdelingens hjemmeside: <https://www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/roedovre>, hvor der ca. midt på siden er en tilmeldingsrubrik, hvori der står "Tilmeld dig til det lokale nyhedsbrev".

MURERMESTER & ENTREPRENØR

Jens M. Larsen aps

Skovbovej 7, Undløse - 4340 Tølløse

Guldsmedevej 41 - 2610 Rødovre

Tlf. 3670 0073 - Mobil 5137 6890

CVR.nr.: 36546301

Mail. murer-jensmlarsen@mail.dk



SENIOR-BIO

Som det er sædvane, viser vi en film én af de første lørdage i hver måned i den mørke tid i vinterhalvåret.

Igen i år har det været muligt for Viften, at tilbyde forsalg til efterårets forestillinger allerede fra den 24. maj kl. 11.00 til den 13. sept. kl. 12.00.

Vi starter den nye sæson, lørdag den 13. september kl. 12.00, med vore sædvanlige gode film, som vi bagefter diskuterer over en kop kaffe samt et godt stykke wienerbrød.

Prisen for alle efterårets fire film inkl. kaffe og wienerbrød, er kr. 260. Billetterne købes i Viften. Der sælges ikke billetter til enkeltforestillinger.

Leder: Yvonne Jørgensen, ☎ 2324 0914.

ÅRSMØDE

Årsmødet afholdes lørdag den 7. marts 2026 kl. 14.00 i Loen på Rødovregård, Kirkesvinget 1, med dagsorden efter gældende vedtægter, der kan ses på vores hjemmeside sammen med regnskabet og dagsordenen. Dørene er åbne fra kl. 13.30, hvor der vil være kaffe, medens man finder sin plads. Vi håber, at mange vil møde op og meget gerne sende forslag til nye tiltag til bestyrelsen, inden den 21. februar 2026. Mød op og gør din indflydelse gældende.

HUSK MEDLEMSBEVIS og noget at skrive med!

rødovre apotek

rødovre centrum 124

tlf. 3670 0858

apoteket i centrum

husk, at vi bringer ud

islev apotek

fortvej 5

tlf. 3670 4781

Frisør

**SALON
BOULEVARDEN**

Damhus Boulevarden 26

Tlf. 3670 1094



Aut. El-Installatører

STEEN RASMUSSEN ApS

3641 3181



Støt vore annoncører! De støtter os

LORDAG 13.09 KL. 12.00



FOR FULD MUSIK

"For fuld musik" er en fransk komedie om to brødre, der mødes uventet og forenes gennem deres passion for musik. Thibaut er en berømt dirigent, der opdager, han er adopteret – og har en bror, Jimmy, som arbejder i en skolekantine og spiller trombone. Trods deres forskelligheder ser Thibaut talent i Jimmy og håber, musikken kan bringe dem tættere sammen og ændre Jimmys liv.

LORDAG 04.10 KL. 12.00



LÆREREN DER LOVEDE HAVET

"Læreren der lovede havet" er et rørende drama baseret på virkelige hændelser i Spanien op til borgerkrigen. Læreren Antoni Benaiges vinder sine elevers hjerter med varme og nye ideer og lover dem en tur til havet. Men krigen sætter en stopper for drømmen, og hans historie går tabt. 75 år senere opdager en ung kvinde en skjult forbindelse til sin forvundne oldefar. Filmen blev nomineret til fem Goya-priser.

LORDAG 01.11 KL. 12.00



SOLITUDE

Den islandske film 'Solitude' fortæller en charmerende historie om et venskab på tværs af generationer. Gunnar lever et roligt liv på landet i Island, men bliver af staten tvunget til at sælge sin bolig. Han efterlader alt, flytter modvilligt til hovedstaden og begynder en slægt nyt liv i en lejlighed. Men her er han endnu mere isoleret, end i sit gamle hus - i hvert fald, indtil hans i første omgang dårlige forhold til sin nabo, Ari, udvikler sig til venskab.

LORDAG 06.12 KL. 12.00



DET NYE ÅR

"Det nye år" fuldender Paprika Steens trilogi om fællesskaber med nytårsaften som ramme. De mangeårige venner Nomi, Jens, Charlotte og Kira samles til fest, men i år er alt anderledes – Nomis nye kæreste Finn vender op og ned på dynamikken. Filmen skildrer det frivillige fællesskab, hvor man både kan høre til – og blive valgt fra. Med Tuva Novotny, Anders W. Berthelsen, Birgitte Hjort Sørensen, Christian Tafdrup og Lars Brygmann i hovedrollerne.

4 Film: 260 kr. inkl. kaffe og kage

Tilmelding foregår i Viften fra 24. maj kl. 11.00

Der sælges ikke løssalgsbilletter



RØDOVREGAARD

Kirkesvinget 1, 2610 Rødovre

Det faste mødested for Ældre Sagen i Rødovre