

Ældre @ Sagen

Hobro

37. årgang

1. halvår 2024



Ringborgen Fyrkat kom i september 2023 på UNESCO Verdensarvsliste

Læs inde i bladet om de mange aktiviteter Ældre Sagen Hobro tilbyder



Sparekassen
DANMARK

INDHOLDSFORTEGNELSE

Side

Formandens meddelelser	3
Kontorfrivillige, Den hjælpende hånd og gratis rådgivning fra Ældre Sagen	4
”Gråspurvvene” – et mødested for piger	5
Torsdag 20/6 kl. 8.00 Brunch + revy på Vendsyssel Teater i Hjørring ..	5
2. – 6. april kl. 6.00 Forårstur til Holland i tulipanernes højsæson	6
Søndag 28/1 kl. 13.00 Filmteatret, Hobro – ”Når befrielsen kommer” ...	7
Torsdag 22/2 kl. 18.00 Faglige Seniorer – Mette Kindberg fortæller	7
Onsdag 6/3 kl. 19.00 Årsmøde og formand for Udvalg Sundhed/Omsorg	8
Onsdag 20/3 kl. 14.00 Anne Marie Aggerholm om alkoholisme	9
Lørdag 13/4 kl. 14.00 Lørdagscafé med Unoderne	9
Onsdag 24/4 kl. 12.00 Danmark spiser sammen	10
Onsdag 29/5 kl. 12.00 Randers – rundt i historien	11
Sociale – humanitære aktiviteter	12
EDB kursus oversigt	13
Seniorsvømmere, bridge, slægtsforskning og slægts Café	14
Krolf, bowling, motion for ældre 65+ og styrketræning	15
Lokalbestyrelsen, Ældre Sagen i Medborgerhuset, tilmelding arrangementer	16



nyt syn.

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

Tlf. 98 52 19 05

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

hobro@nytsyn.dk

nytsyn.dk/hobro



JyskVagt.dk

Vi passer på dig og dine værdier

TLF. 96 72 98 99

-vi har nødkald og tryghedskald til dig

- Vagt
- Alarm
- Tågesikring
- TV overvågning

Kære medlemmer

Det er med glæde, vi med dette lokalblad for Ældre Sagen Hobro viser vore aktiviteter og arrangementer frem for perioden 1. halvår 2024.



Gunnar L. Hansen

Ældre Sagen Hobro har 2.947 medlemmer, og er dermed en stor lokalforening /afdeling af Ældre Sagen, der har eget lokal kontor i Medborgerhuset i Hobro – se adressen på bladets bagside.

Årsmødet i lokalafdelingen Ældre Sagen Hobro afholdes 6. marts. Et af punkterne er valg til lokalbestyrelsen. Der er fire personer på valg og to af dem genopstiller ikke, så der skal vælges mindst to nye til bestyrelse og suppleanter. De to der ikke genopstiller har været med i bestyrelsen i henholdsvis 10 og 16 år. Det siger noget om glæden ved at være med i bestyrelsen, så det kan anbefales at stille op og være med. Henvend jer bare til formanden – se bladets bagside.

Ved møder med det offentlige kan det være en god hjælp at have en bisidder med, så man kan få hjælp før, under og efter mødet, og det kan være godt at have én at snakke med om mødets forløb – læs mere om det på side 12.

Der er fortsat mulighed for at udbygge sit kendskab til EDB ved at deltage i kurserne hos Ældre Sagen. Der sker meget på det elektroniske område. Eksempelvis streaming af tv-udsendelser og offentlige digitale løsninger og apps. På Ældre Sagens IT Café i Medborgerhuset kan man få gratis hjælp til brugen af EDB – se side 13.

Besøgstjenesten og vågetjenesten står også til medlemmernes rådighed. Der er også mulighed for Seniorvejledning, Pårørendeven og Gå med ven. Der er frivillige, som gerne vil yde hjælp - om ikke andet så en god snak.

Gråspurvvene - et mødested for piger - har tilslutning af 171 piger, der kommer til deres arrangementer i årets løb.

Tilsvarende er der sammen med Biecentret kræfter i gang for tilbud om forskellige aktiviteter med oprettelse af en mandeklub: Fællesskab for mænd. Vi vil gerne give flere mænd mulighed for at være med til flere arrangementer. Der er alt for få mænd, der kommer til Ældre Sagens aktiviteter. Flere vil kunne have glæde af at være med. Vi håber en mandeklub vil kunne være attraktiv for mænd, der her vil kunne få nogle oplevelser og gode snak og måske nye kontakter.

Bestyrelsen ønsker jer alle en glædelig jul og et godt nytår.

Gunnar L. Hansen / Formand



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



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 Lis Sørensen.

Kontoret er åben mandag og torsdag kl. 10-13.

Sidste åbningsdag inden jul er den 21. december 2023.

Kontoret åbner igen 4. januar 2024.

Sidste åbningsdag inden sommerferien er den 27. juni 2024.

Ferielukning: Følger normalt skolernes ferier.



Stående fra venstre: Lisbeth Jacobsen, Dorte Bang og Jette Bjørnsgård Jensen

Siddende fra venstre: Lis Sørensen, Birthe Kornum Pedersen og Inga Kjærsgaard

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.



Gratis rådgivning fra Ældre Sagens Landskontor

Har du brug for juridisk eller social telefonisk rådgivning kan du kontakte Ældre Sagens kontor i København tlf. **80 30 15 27**.

Vi er gerne behjælpelige med kontakten.



Gråspurvvene - et mødested for "piger"

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

Vi er nu i gang med at planlægge næste halvårs program.

Der tilbydes ca. fem arrangementer om året.

Det kan f.eks. være naturoplevelser, midsommertur, koncerter, sang, biograf, teater o.a.

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

"Til hvert arrangement vil der blive sendt indbydelse ud vedr. mødested, priser og tidspunkt".

Aktivitetsleder Lis Sørensen tlf. 51 86 05 58



Revytur til Hjørring

Torsdag 20. juni kl. 8.00 fra Busterminalen i Hobro

Der køres til Hjørring, hvor der venter velkomstdrink og en dejlig brunch på Vendsyssel Teater.

Brunchen starter kl. 10.00 og består af en tallerken anretning med hjemmebagte grovbolle, mini croissant, rugbrød og mini tebirkes. På plade eller tallerken portions-anrettes



følgende: Lun leverpostej med svampe, to slags ost med syltede hyben, skyr panna cotta med bær samt koldrøget laks med sennepsdressing. Efterfølgende vil serveringspersonalet komme rundt med røræg m/bacon og ristet chorizo.

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

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

Forventet hjemkomst kl. 16–17. Tovholder Jette Nørgaard Jensen.

Prisen for turen er for medlemmer 850 kr. ikke-medlemmer 900 kr. inkl. bus, velkomstdrink, brunch, REVY billet og eftermiddagskaffe med sødt.

(Pladsreservation i bus 75 kr.).

Tilmelding sker på hjemmesiden eller på Ældre Sagens kontor senest 15/1 kl. 12.00.

5-dages Forårstur til Holland i TULIPANERNES højsæson fra 2.-6. april – med Ældre Sagen og Alsbussen Hobro.

Afgang 2. april kl. 6.00 fra Bustraminalen i Hobro

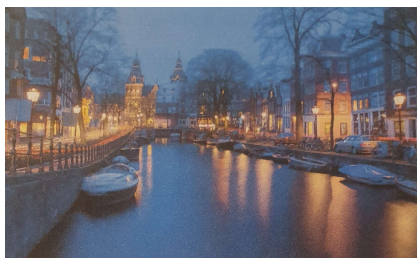
1. dag: Undervejs får vi morgenkaffe med rundstykke samt sandwich/øl eller vand til frokost.

Aftensmad på det hotel vi skal bo på - XO Hotel Park West i Amsterdam.

2. dag: Besøger vi Aalsmeer blomsterauktion. En meget spændende tur til verdens største blomsterauktion. Vi vil også besøge et OSTERI, hvor vi kan se, hvordan de berømte hollandske oste bliver produceret. Der bliver også mulighed for at smage og købe oste.



3. dag: Tager vi på en heldagstur til Hollands hovedstad Amsterdam. En flot by med mange kanaler og flotte huse. Evt. tid til en kanalrundfart og desuden tid på egen hånd til f.eks. en strøgtur.



4. dag: KEUKENHOF. Denne dag besøger vi den berømte blomsterpark Keukenhof. Keukenhof er en blomsterpark beliggende nær byen Lisse i Holland. Keukenhof er verdens største blomsterpark. Den rummer omkring 7.000.000 blomsterløg, der hvert år plantes i den store park. I drivhuset ca. 700 forskellige tulipaner. Arealmæssigt dækker området ca. 32 ha.

5. dag: Hjemrejse via den berømte dæmning "Afsluitdijk". Undervejs gør vi ophold og nyder en tidlig aftensmad ved Fleggaard, Harrislee. Hjemme først på aftenen.

Pris: 5.700 kr. v/35 person – 5.275 kr. v/50 pers.

Tillæg 2.000 kr. for enk. vær.

Tillæg 75. for sædereservation i bus.



I prisen er inkluderet: Bus, morgenkaffe/rundstykke, sandwich med 1 øl/vand på udturen, 4 x aftensmad, 4 x overnatning, 4 x morgenmad, tidlig aftensmad på hjemturen, indgangsbillet til Keukenhof og blomsterauktion samt kanalrundfart. Alle drikkevarer for egen regning.

Teknisk rejsearrangør er Alsbussen medlem af Rejsegarantifonden nr. 2111.

Turhjælper fra Ældre Sagen Hobro er Erling Lynge Møller.

Tilmelding direkte til Alsbussen – senest 1. marts til Hanne **tlf. 20 280 293**
info@als-bussen.dk

Søndagscafé med filmen: ”Når befrielsen kommer”

Søndag 28. januar kl. 13.00 i

Filmteatret, Hobro

Den nye danske film ”Når befrielsen kommer” handler om de hundredtusinder af tyske flygtninge, der kom til Danmark lige før og efter befrielsen.

Forstanderfamilien på Ryslinge Højskole kommer i et dilemma, da skolen omdannes til interneringslejr.

Filmen er et drama om en nations sjæl under pres.

Efter filmen er der kaffe og brød i Biecentret.

Pris for medlemmer 125 kr. og ikke medlemmer 175 kr.

Tovholder Jette N. Jensen

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 11/1 kl.10 og senest 22/1 kl. 12.00.



Om Faglige Seniorer og tips til at blive 100 år

Torsdag 22. februar kl. 18.00 i Medborgerhuset, Skibsgade 28, Hobro

Foredrag med Faglige Seniorers formand Mette Kindberg.

Mette Kindberg vil fortælle om hvad Faglige Seniorer er for en forening, og hvad de kan tilbyde af forskellige arrangementer.

Mette Kindberg vil også fortælle om ”20 tips til at blive 100 år”.

I pausen på foredraget vil der blive serveret et let måltid mad samt kaffe/the (øl, vand og vin kan købes).

Pris for medlemmer 100 kr. ikke medlemmer 150 kr. Tovholder Erling Lyng Møller.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 29/1 kl. 10 og senest 8/2 kl. 12.00.



Formand for Faglige Seniorer Mette Kindberg

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

AA
Høj kreditværdighed
© Bisnode 2020

Døstrupvej 77, Døstrup
9500 Hobro
Telefon 98557143

Mail: dvf@doestrup-vmf.dk
www: doestrup-vmf.dk
CVR: 87393712

Årsmøde

Onsdag 6. marts kl. 19.00 i Hobro Idrætscenter, Amerikavej 22, Hobro



Dagsorden ifølge vedtægterne.

Forslag skal være formanden i hænde senest 14 dage før årsmødet. Medlemskort skal forevises ved indgangen.

Efter årsmødet og kaffen vil formanden for udvalget for Sundhed og Omsorg i Mariagerfjord Kommune Jan Andersen fortælle om udvalgets visioner for fremtiden.

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

Alle medlemmer har adgang til årsmødet, men af hensyn til traktementet, vil vi gerne have en forhånds tilmelding på hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 22/2 kl. 10 og senest 4/3 kl. 12.



Jan Andersen

PALSGAARD | MØGELVANG | JOHANSEN

advokater

Adelgade 1, 9500 Hobro

Tlf.: 70 26 27 00

www.pmjlaw.dk

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

Anna Marie Aggerholm fortæller om alkoholproblemer

Onsdag 20. marts kl. 14.00 i Medborgerhuset, Skibsgade 28, Hobro

Kom og hør Anna Marie Aggerholm fortælle om sine 17 år som aktiv alkoholiker, hvor alt og alle omkring hende mistede pusten og lod sig manipulere af benægtelser, løgne og retfærdiggørelser.

Foredraget henvender sig ikke blot til personer, der gerne vil høre om alkoholfafhængighed. Det er i lige så høj grad en eftermiddag, hvor man kan lytte til en spændende livshistorie og en eftermiddag, der sætter fokus på, hvordan livskriser kan tackles. Anna Marie Aggerholm er en spændende og fantastisk foredragsholder, der berører et område, der absolut er højaktuelt i dag.

Pris inkl. kaffe/the og brød 100 kr. - ikke medlemmer 150 kr.

Tovholder Ove Bisgaard.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 29/2 kl. 10 og senest 11/3 kl. 12



Lørdagscafé med Unoderne

Lørdag 13. april kl. 14 – 16 i Medborgerhuset, Skibsgade 28, Hobro

Unoderne er et orkester på otte personer, som underholder med sang og musik.

De spiller på harmonika, trommer, guitar, rumsterstang, klarinet, vaskebræt, mundharpe og sav.

De spiller nogle få valgte sange, ellers er det muligt at ønske fra de sanghæfter de medbringer med 100 sange.

Unoderne kommer fra Brønderslev.

Navnet Unoderne er opstået fordi kun én af dem spiller efter noder.

Max. 60 deltagere. Pris 100 kr. inkl.

kaffe/the og brød – ikke medlemmer 150 kr. Tovholder Tove Thulstrup Pedersen.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 18/3 kl. 10 og senest 8/4 kl. 12.



Orkestret Unoderne fra Brønderslev

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

Danmark spiser sammen

- Kom og vær med -

Onsdag 24. april kl. 12.00 – 16.15 i Medborgerhuset, Skibsgade 28, Hobro

Har du/I lyst til at komme ud at spise, og har du/I behov for at møde andre?

Her har du/I chancen for at få et godt måltid traditionel dansk mad i godt selskab.

Vi serverer middag med dessert og kaffe/the – musik og sang samt banko.

Arrangementet er et led i kampen mod ensomhed.

Samværet om maden giver god anledning for samtale og mulighed for at stifte nye bekendtskaber.

Kom og vær med!



Fra Danmark spiser sammen i Medborgerhuset november 2023, der havde 91 deltagere

Hvis transport er et problem, skal du/I meddele det ved tilmeldingen eller til tovholder Karl Jørgen Ingversen på tlf. 51 91 70 34. Vi vil hjælpe med at skaffe kørejlighed.

Max 90 deltagere.

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

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



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!

Randers – rundt i historien

Onsdag 29. maj kl. 12.00 fra Busterminalen i Hobro

Årets forårstur i bus går til det gamle Randers.

Vores egen guide Egon Kristensen har tilrettelagt turen i samarbejde med to lokalguider fra turistkontoret i Randers, og de guider os på en tre kilometers rundtur i det gamle Randers, hvor vi ser og hører historien om gamle købmandsgårde, Rådhuset, Sct. Mortens Kirke, Niels Ebbesen og hvad med Thor ?



Niels Ebbesens statue i Randers, foto: Knud Lund Mogensen

Derefter kører bussen til den idylliske Fussingø sø, hvor vi nyder naturen og kaffen med brød, og har man lyst, kan man spadsere de 800 m til Fussingø Slot, hvor bussen samler op. På hjemturen fortæller Egon om den tankevækkende lokalhistorie fra området omkring Fårup. Der gøres et holdt ved Nørbæk Kirke, hvor vi nyder en forfriskning med lidt sødt.

Forventet hjemkomst kl. 17.30.

Max. 40 deltagere.

Pris inkl. bus, guider, kaffe/the og brød 250 kr. – ikke medlemmer 300 kr.

Tovholder Dorte Bang.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 29/4 kl.10 og senest 13/5 kl.12

expert
HOBRO



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

www.kmfs.dk

AUT. KLOAK- & MURERMESTER
FINN SØRENSEN APS

Bundgårdvej 1 Nr. Onsild 9500 Hobro

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



SOCIAL HUMANITÆR

Ældre Sagen i Hobro er en demensvenlig afdeling, med tilbud til demensramte og deres pårørende.

Alle vores frivillige har tavshedspligt.

Cafe' FRI - et mødested for demensramte og deres pårørende

Vi tilbyder hjemmeboende demensramte og deres pårørende at deltage i vores cafe', hvor der inviteres til hyggesnak med kaffe og kage samt små underholdende aktiviteter torsdage i lige uger kl. 14 - 16. Yderligere oplysninger og tilmeldinger ved demensansvarlig Anne Marie Bertelsen, tlf. 25 37 08 82



Besøgstjenesten

Kontaktpersoner: Grethe Mikkelsen, tlf. 61 76 70 45 og demensansvarlig Anne Marie Bertelsen, tlf. 25 37 08 82

Vågetjenesten

Kontaktpersoner: Tove Thulstrup Pedersen og Grethe Mikkelsen, tlf. 61 29 18 17
Kontakt til vågetjenesten Mariagerfjord skal foretages af personale på plejecentre, hjemmeplejen og afd. M1, M3, AMA på Aalborg Universitetshospital Hobro.

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

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

Kontaktperson: Dorte Bang, tlf. 60 31 64 07 for yderligere informationer.

Frivillige søges

Der er stor efterspørgsel på mange af vores social humanitære tilbud - så har du lyst til at høre mere, så er du velkommen til at kontakte de relevante kontaktpersoner.

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

EDB kursus oversigt

IT Café

Har du spørgsmål eller brug for hjælp til internettet, mail, tekstbehandling, digital postkasse, iPad, Excel eller andet. Vi hjælper også, hvis du har svært ved at bruge e-Boks og offentlige hjemmesider. Vi kan ligeledes bistå med overgangen til det nye MitID. Tilmelding er ikke nødvendig, bare mød op i åbningstiden på  ldre Sagens kontor i Medborgerhuset, mandage kl. 10-12. - Deltagelse er gratis.

IT - l r at bruge din PC

P  kurset lærer du at bruge de mest grundlæggende ting. Brug af internettet og e-mail. Kurset henvender sig til både begyndere og til let øvede. Der er rig mulighed for selv at påvirke kursusindholdet. Kurset afholdes 5 gange   2 lektioner. Onsdag kl. 14 - 16.



IT – iPad kursus

Bliv dus med din iPad. Vi gennemgår sammen de grundlæggende begreber og funktioner på din iPad. Kurset er meget uformelt og foregår, så vi alle kan være med, og du prøver selv funktionerne på din egen iPad. Mulighederne på iPad kan være: Internet. Kalender. E-mail. Installation af Apps. Kamera. Foto og meget andet. Et spændende og udbytterigt kursus.

Kurset afholdes 5 gange   2 lektioner. Torsdage kl. 10-12.

IT - At gemme digitale foto

Hvor skal jeg gemme mine egne fotos? Jeg bruger både telefon og kamera. Hvad g r jeg med billeder, jeg f r tilsendt på mail? Lær at gemme dine fotos, så du kan finde dem igen. Der er flere muligheder. På dette kursus gennemgås et par måder at holde styr på sine billeder. Se mere på www.apsigen.dk/arkivering.

Kurset afholdes 5 gange   2 lektioner. Mandag kl. 15 - 17.

IT – Streaming

Streaming er lig med afspilning af musik, serier, film, sport og andre tv-udsendelser direkte på din SmartPhone, Tablet, Computer eller Smart TV, der kan gå online på WiFi. Medbring Tablet, bærbar computer eller SmartPhone på kurset.

Kurset afholdes 5 gange   2 lektioner. Torsdage kl. 10-12.

IT – Offentlige digitale løsninger og apps

Gennemgang af offentlige digitale løsninger og gode nyttige apps. Muligheder kan være: Borger.dk, Digital Fuldmagt, Ny Digital Post, MitID, Nemkonto, NemSMS, Kørekort app, Sundhedskort app, Medicinkort app og andre relevante løsninger. Vi g r i dybden på de forskellige løsninger. Medbring – Tablet, Iphone eller bærbar computer.

Kurset afholdes 5 gange   2 lektioner. Torsdage kl. 10-12.

IT Caféen er i Medborgerhuset. Øvrige IT arrangementer meddeles inden kursusstart. Der oprettes nye hold efter behov. Pris pr. kursus 100 kr. - ikke-medlemmer 200 kr.

Tilmelding og yderligere oplysninger på  ldre Sagens kontor.

LØBENDE AKTIVITETER

Seniorsvømning - sjov motion i vand

Ældre Sagen, Hobro har indgået et samarbejde med Seniorsvømmerne Hobro, vedrørende vandgymnastik og motionssvømning, en motionsform som er egnet for seniorer, da der ikke er den store belastning for kroppen.

Der er instruktør til vandgymnastik, og det er ikke nødvendigt at kunne svømme for at deltage. Motionsvømmere svømmer i eget selvvalgt tempo, der er naturligvis altid livredder til stede.

Der afsluttes altid med en gratis kop kaffe i cafeteriet hvis man har lyst.

Tilmelding og øvrige oplysninger se <https://ssvhobro.dk>

Kontaktperson Inge Iversen tlf. 28 57 78 71

Slægtsforskning

Holdet starter tirsdag 3. oktober og forsætter til marts 2024.

Vi hjælper dig i gang eller videre med slægtsforskning. Det er både for begyndere, fortsættere og for dig som gerne vil mødes med andre, der deler samme interesse.

Holdet begynder kl. 12:30. Oplæg kl. 13:00. Studiegruppe med hjælp til gotisk læsning. Kl. 16:00 Gotisk for begyndere og øvede. Kurset holdes på Hobro Bibliotek 1. sal. Medbring gerne egen PC.

Pris 200 kr. for medlemmer, 300 kr. for ikke medlemmer.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor, Hobro.

Kontaktperson: Jeanette Pedersen tlf. 40 73 21 60

Slægts Café - Hobro

Tirsdage i lige uger kl. 17:00 - 21:30 (maj, juni, aug, sep.) Tirsdage i lige uger

kl. 19:00 - 21:30 (okt., nov., jan., feb., mar.) Sted: Medborgerhuset Hobro,

lokale 5. Det er for dig, der har lyst til at slægtsforske - se nærmere på din slægt, finde ud af hvor den kommer fra og måske være i stand til at grave overraskende oplysninger frem. Eller er du allerede godt i gang, men mangler forslag til at komme endnu længere i dine søgninger? Følg os på Facebook: Slægts Café – Hobro.

Gratis træningstilbud hos Puregym Hobro

Hele januar, februar og marts har du mulighed for at komme og træne på 2 ugentlige lukkede hold, kun for medlemmer af Ældre Sagen.

Hver mandag kl. 9.30-10.30 er der senior træning sammen med instruktør og ergoterapeut Gurli Møller.

Hver torsdag kl. 9.30-10.30 er der cirkeltræning i maskiner med personlig træner Christina Hermansen.

Har du lyst til at fortsætte din træning efter den gratis periode får du 20 % rabat på dit medlemskab.

Kontakt person: Christina Hermansen, tlf. 52 17 94 47, mail: christina.hermansen@puregym.dk

BEIERHOLM

VI SKABER BALANCE

Beierholm – Smedevej 1 B – 9500 Hobro Tlf.: 98 52 09 99

Statsautoriseret Revisionspartnerselskab CVR.: 32 89 54 68

www.beierholm.dk

LØBENDE AKTIVITETER

Kroff

Der spilles tirsdage og torsdage fra kl. 10 - 12 på Kroff-banen bag Hobro Vandrerhjem.

Opstart 9. april. Pris for sæsonen 200 kr. for medlemmer – ikke medlem-mer 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, Jyllands vej 15, Hobro.

Der spilles bowling hver onsdag kl. 10 -12.

Opstart onsdag 10. januar. Pris 535 kr. for 13 gange.

Prisen er ekskl. sko og kaffe / the.

Kontaktperson Gunnar Greve tlf. 23 66 77 58.



Motion for ældre 65+ ikke motionsvante

Motionen ledes af en fysioterapeut og to frivillige, og består af en times motion efterfulgt af ½ times fælles kaffebord. Pris 500 kr. for sæsonen inkl. motion og kaffebord.

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

Mail: lschaarup@gmail.com. Der er pt. venteliste.



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



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

Gratis PC- Mac og telefontjek

Jernbanegade 2
9500 Hobro
Tlf. 3314 9440



LABTECH DATA

- Danmarks bedste IT-Service

Læs mere her: www.labtech.dk

Lokalbestyrelsen



Bagerste række fra venstre:

Bent Bertelsen, webmaster, hjemmeside og lokal redaktør af *Det Sker* tlf. 40 50 05 66
 Gunnar L. Hansen, formand, redaktør, fm.hobro.823@aeldresagen.dk tlf. 29 87 92 44
 Ove Bisgaard, Kasserer og IT tlf. 22 91 91 01
 Erling Lyng Møller, rejser, repræsentant i Medborgerhusets bestyr. tlf. 61 37 77 80
 Gunnar Greve, motion, krolf og bowling tlf. 23 66 77 58

Forreste række fra venstre:

Dorte Bang, næstformand, social-humanitær koordinator m.m. tlf. 60 31 64 07
 Jette Nørgaard Jensen, sekretær, arrangementer og rejser tlf. 22 56 06 76
 Tove Thulstrup Pedersen, vågetjeneste, musiske arrangementer tlf. 23 39 23 98
 Ingrid Ladefoged Kjær, bestyrelsesmedlem tlf. 24 84 57 67

Suppleanter:

Jens Møller Bærnthsen, 1. suppleant
 Niels Kristian Mølgaard 2. Suppleant

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

Bladets redaktion og opsætning: Gunnar L. Hansen

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).