

Ældre Sagen

Mariager

Forår 2024



Find også vore arrangementer og aktiviteter på

Ældre Sagen Mariagers hjemmeside

(www.aldresagen.dk/mariager)

Her kan du også tilmelde dig til vores **nyhedsbrev**.

Arrangementer

Årsmøde

Onsdag den 6/3 2024 kl. 17.00

i Den gamle Biograf



Som indledning vil Katrine Blåbjerg Andersen, den første kvindelige driftsbestyrer på Veteranjernbanen MVHJ, fortælle om sin vej hertil. Forslag til dagsorden skal være formanden i hænde senest 14 dage før årsmødet. Efterfølgende vil Ældre Sagen Mariager være vært ved et traktement.

Tilmelding til spisning senest 1/3 på www.aldresagen.dk/mariager eller Uffe Laursen, tlf. 29 72 57 80, hvis du ikke er på nettet.

Vi viser 2 film i Den gamle Biograf

Mandag den 8/1 2024 kl. 14-16



Henrik Bugge Mortensen vil indlede med at fortælle om sin film fra 2014: Hans Kirk og Daglejernes børn. Om projektet og den lange vej frem mod at kunne vise resultatet.

Sluttelig viser vi en DR-Dokumentar fra 1964: Mennesker omkring en fabrik.

Det bliver en hyggelig lokalhistorisk eftermiddag, hvor vi i filmene vil høre om Dania og Cementfabrikken. Flere af dem, som arbejdede på fabrikken, vil i berette om de barske forhold dengang og om kampen for at blive organiseret.

Der vil være opstillet lånte plancher og fotos fra fabrikken.

Tilmelding senest fredag den 5. januar på www.aeldresagen.dk/Mariager eller til Uffe Laursen 29725780. Pris: 50 kr. inkl. kaffe og kage. For alle.

Søndags Café i samarbejde med Mariager Kirke.

**Søndag 21. januar kl.
11.**

I Mariager Kloster.

Efter gudstjenesten kl. 10 går vi over i klostret, hvor der vil blive serveret en let frokost.

Familien Holmriis står for oplæsning og musikalsk ledsagelse til en del fællessange. Vel mødt til et par hyggelige timer.

Gratis.



Fra fiskerdreng til Fulton skipper.



**Onsdag den 24/01 2024 kl.
14.00.**

I Den gamle Biograf.

Kom og hør Jakob Jensen, der giver en levende og munter fortælling om Fultons historie og livet ombord på skonnerten. Jakob Jensen fortæller om arbejdet med udsatte unge og dagligdagen ombord.

Tilmelding senest mandag den 22. januar på

www.aldresagen.dk/mariager eller til Uffe Laursen 29 72 57

80. Pris: 50 kr. inkl. kaffe og kage.

Vi viser den franske film fra 2011: De urørlige.

Mandag den 5/2 2024 kl. 14.00.

I Den gamle Biograf i Mariager



Philippe er mangemillionær og efter en ulykke er han blevet lam fra halsen og ned. Driss er arbejdsløs og småkriminell og får mod forventning stillingen som Philippes personlige assistent. Trods store sociale og kulturelle forskelle udvikler de et varmt venskab og får udfordret deres syn på verden.

Tilmeldingsfrist fredag den 2.

februar via www.ældresagen.dk/Mariager eller til Uffe Laursen, tlf. 29 72 57 80 hvis du ikke er på nettet

Pris: 50 kr. inkl. kaffe og kage.

Rejse til det 7. kontinent



Mandag 19. februar kl. 14-16

I Den gamle Biograf i Mariager

Bjarne Tulinius viser billeder og fortæller om sin spændende rejse til det 7. kontinent – Antarktis – pingvinernes land, næsten uberørt af menneskehånd og omkranset af nogle af verdens mest stormomsuste have, der dog alligevel også er fulde af liv.

Tilmelding senest den 16. februar på

www.ældresagen.dk/Mariager

eller Uffe Laursen 29 72 57 80, hvis du ikke er på nettet

Pris: 50 kr. inkl. kaffe og kage.

Onsdags musik Café.

20/3 2024 kl. 13.00-15.00. Bemærk tidspunkt.

I Den gamle Biograf i Mariager



Himmerlands Folkemusikskoles 8-10 mand store orkester kommer og spiller ny og gammel folkemusik. Deltagerne er typisk modne mænd og kvinder, der nu har fået lyst og mod til at gå i gang med at spille - igen. De mestrer mindst 6 forskellige instrumenter, så vi kan glæde os til en munter eftermiddag.

Tilmelding senest den 15. marts på www.ældresagen.dk/Mariager eller Uffe Laursen 29 72 57 80, hvis du ikke er på nettet

Pris: 50 kr. inkl. kaffe og kage.

Danmark spiser sammen på Postgården



**Mandag den 15/4 2024
kl. 12.30-15.00**

Vi får serveret to populære retter mad, 1 genstand, kaffe og småkager. Kom og få en dejlig eftermiddag og en snak med nogen, som du måske ikke kender.

Pris: 125 kr. for medlemmer. 150 kr. for ikke medlemmer.

Der er 80 pladser. For alle.

Tilmelding senest torsdag den 11. april på www.ældresagen.dk/Mariager eller til Uffe Laursen 29 72 57 80.

Heldags bustur.

Onsdag den 15. maj 2024.

Afgang fra Egepladsen kl. 9, hjemkomst sidst på eftermiddagen.

Vi kører først til Hobro Friplejehjem, hvor vi ser faciliteterne og



hører om, hvordan det er at bo der. Dernæst går turen til

Thingbæk Kalkminer, hvor vi spiser frokost og får en guidet rundvisning i minen og ser museet. Sluttelig kører vi til restaurant Bramslev Bakker med den flotte udsigt, her drikker vi kaffe/te m/kage og ser Jim Lyngvilds lækre viping telte.

Tilmelding senest onsdag den 8. maj på

www.aeldresagen.dk/Mariager eller til Uffe Laursen 29 72 57 80.

Pris: 300 kr. Kun for medlemmer.

Aktiviteter

Go´ Lørdag

Hygge på Fjordvang

**Hver anden lørdag i
ulige uger kl. 14.30-
16.**

Kom til et par
fornøjelige timer med
sang, højtlesning og
kaffe.



Herreværelset

Den sidste torsdag i måneden



kl. 11.00 - 14.00

Startdato: 25. januar 2024.

Bugges gård.

Kom og få en god snak over frokosten.

Pris 50 kr.

Kontakt: Karl Peter Uldahl,
40 26 42 20.

Motion for ikke motionsvante ældre

Torsdage kl. 13-14.

Start 4.januar 2024.

Plejecenter Fjordvang

Alle ældre kan deltage -
uanset funktionsniveau.

Frivillige hjælpere
deltager. Der slutes med
kaffehygge.



Kontakt Sonja Wessel Krogh, 23 72 13 04.

60+ gymnastik med musik



Onsdage kl. 13-14 (ferie i uge 7)

i Minihallen, Gl. Hobrovej.

Start: 10. januar 2024

Slut 20. marts 2024

Pris 100 kr. for 10 gange.

Leder: Lisbet Jensen.

Tilmelding og betaling på www.aeldresagen/mariager eller ring til Uffe Laursen 29 72 57 80.

Syhjælpen v. Jette og Ellen

Den sidste torsdag i måneden kl. 13-15.30

I Dagcenteret på Fjordvang.

Er der en knap der skal sys i? en kjole eller et par bukser der skal lægges op?

Jette og Ellen er klar til at hjælpe.



Tryghedsopkald



Få ro i sindet hvis du bor alene. Du bliver ringet op hver morgen af en frivillig, der ønsker dig "godmorgen". Hvis det er nødvendigt tilkalder vi hjælp.

Kontakt: Britta Høj, 31 72 15 78.

Besøgsven



Besøgsvennen er en frivillig, der har tid, lyst og overskud til at lytte til dig. I får en snak over kaffen, går en lille tur, læser avisen, spiller kort eller hvad I nu ellers har lyst og kræfter til. I aftaler indbyrdes,

hvornår og hvor tit I vil mødes.

Kontakt Birgitte Gæmelke, 25 76 08 05.

Kørestolsskubbere

Ny aktivitet. Har du lyst til at blive kørestolsskubber?

Vi har taget en ny aktivitet på programmet. Det har vist sig, at der blandt kørestolsbrugere på Fjordvang, er behov for at blive skubbet en lille tur engang imellem. Fire personer har allerede meldt sig som kørestolsskubbere, men vi kan sagtens bruge flere.

Starter igen til april 2024.

Alle onsdage, når vejret tillader det, går vi tur med kørestolsbrugerne fra kl. 9.30 - 11.

Hvis du er interesseret så ring til Birgitte Gæmelke, 25 76 08 05.



Oplysning og vejledning

Få hjælp til at læse breve fra det offentlige. Er din pensionsudbetaling rigtig? Få hjælp til at søge medicintilskud, boligydelse eller hjælpemidler mv. Eller ønsker du at klage over en afgørelse fra det offentlige?

Karen Bøgeholt, 60 64 13 04.

Uffe Laursen, 29 72 57 80.



Bisidder



Hvad var det nu lige min sagsbehandl sagde? Har jeg udfyldt de papirer jeg skal? Og nu glemte jeg igen at spørge lægen om noget. Din bisidder kan være med til et møde. Bisidderen hjælper dig med at forberede samtalen og spørgsmål.

Kontakt Karen Bøgeholt, 60 64 13 04 eller

Uffe Laursen, 29 72 57 80.

Brug vågetjenesten

Er du pårørende til en døende, kan du have behov for at få et pusterum af og til. Fx i nattetimerne. Vågetjenestens vågekoner og -mænd sørger for, at din nærmeste ikke ligger alene, og vågetjenesten opfylder behovet for tavshed, samtale, nærvær, ro og tryghed.

Kontakten til vågetjenesten foretages af personale på plejecentre eller hjemmeplejen, på 61 29 18 17.





Hjælp med pc'en?

Driller din pc? En pc-hjælper kan komme på besøg og hjælpe med småproblemer med din computer eller mobiltelefon. Alle kan få pc-hjælp.

Kontakt Ib Johannesen, telf. 30 24 12 08.

Lokalbestyrelsen i Ældre Sagen Mariager

Søren Jepsen, formand, ældrepolitik, PR og kommunikation.

Telefon 60 82 53 34

Elsebet Hesselberg, næstformand, arrangementer

Telefon 22 85 96 96

Britta Bendtsen, sekretær, Go' Lørdag

Telefon 25 73 37 17

Sonja Wessel Krogh , motion for ikke motionsvante

Telefon 23 72 13 04

Britta Høj, aktivitetsleder tryghedsopkald

Telefon 31721578

Kaj Ejsing-Duun, bestyrelsesmedlem

Telefon 20 14 50 91

Karl Peter Uldahl, herreværelset, arrangementer

Telefon 40 26 42 20

Suppleanter:

Kirsten Marie Olesen, frivilligkoordinator

Telefon 41 41 33 48

Birgitte Gæmelke, besøgstjenesten

Telefon 25 76 08 05

Uffe Laursen, bisidder, seniorvejleder, webmaster, lokalredaktør af Det Sker.

Telefon 29 72 57 80