

INFORMATION

Jubilæumsudgave
Sæsonen 2023-2024



35 år

Ældre Sagen

Lokalafdelingen i Rødovre

INDHOLDSFORTEGNELSE

| | Side |
|------------------------------------|------|
| Besøgsvenner | 15 |
| Bisidderordning | - 14 |
| Bladuddelersammenkomst | - 31 |
| Bowling | - 31 |
| Danmark Spiser Sammen | - 24 |
| Den hjælpende hånd | - 14 |
| Den social-humanitære gruppe | - 14 |
| EDB | - 11 |
| Efterlysning af frivillige | - 17 |
| Formanden har ordet | - 4 |
| Førstehjælpskursus | - 12 |
| Herreværelset | - 14 |
| Husorkester | - 17 |
| Højskoleophold | - 6 |
| Indmeldelser | - 5 |
| Italiensk | - 8 |
| IT-Café | - 8 |
| IT-Hjælp I hjemmet | - 15 |
| Juleudflugt | - 8 |
| Kortspil, Bridge og Whist | - 24 |
| Krolf og Petanque | - 30 |
| Leder- og hjælpersammenkomst | - 33 |
| Litteratur | - 10 |
| Madlavning | - 22 |
| Mad-Hygge-Dag | - 22 |
| Modeopvisning | - 28 |
| Nye medlemmer Introduktionsmøde . | - 5 |
| Nyhedsbrev | - 33 |
| Senior-Bio | - 34 |
| Seniorgymnastik | - 31 |
| Skriveværksted | - 10 |
| Slægtsforskning | - 11 |
| Sommerudflugt | - 20 |
| Syng-sammen | - 32 |
| Telefonkæde | - 15 |
| Torsdags-træf | - 26 |
| Vinsmagning | - 32 |
| Åbne arrangementer | - 18 |
| Årsfest | - 28 |
| Årsmøde | - 28 |

REDAKTION og LOKALBESTYRELSE I RØDOVRE



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



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



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



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



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



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



Lis Inge Jensen, tlf. 2963 1347.
Birkmosevej 10, st. th.
Sekretær.
E-mail: lis.rodovre@webspeed.dk



Tanya Teicob, tlf. 5378 3222.
Ulukær 38, 2. th.
1. suppleant.
E-mail: tteicob@gmail.com



Birgit Jakobsen, tlf. 2578 7195.
Rødager Allé 18.
Bestyrelsesmedlem.
E-mail: wegi@privat.dk



Hanne Kjærulff, tlf. 2172 9440.
Doktorhaven 21, st. tv.
2. suppleant.
E-mail: hannekj@banolu.com



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



Dette nummer af INFO-hæftet er 35. årgang og udkommer i juli/august 2023. Det bliver trykt i 6.000 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.

Ældre Sagens overordnede formål er *ET GODT LIV – HELE LIVET*.

På 3 områder arbejder Ældre Sagen for at leve op till dette formål:

- (1) En aktiv seniorstyrke. (2) Værdig sundhed, omsorg og pleje
- (3) Mental sundhed. Flere muligheder for samvær, nærvær og lykke.

Det kan umiddelbart synes en næsten umulig opgave bl.a. set i lyset af de mange udfordringer, der er på ældre- og sundhedsområdet. Landsforeningen arbejder meget målrettet overfor Folketinget for at skabe bedst mulige lovgivningsforhold på disse områder, og lokalforeningerne arbejder sammen med de enkelte medlemmer, for at *skabe et godt liv – hele livet*.

I Rødovre har vi haft fuld aktivitet på alle vores tilbud, ja så meget, at der har været medlemmer, der er gået forgæves for at kunne deltage. Det er bl.a. når der skal købes billetter enten på Højnæsvej eller via hjemmesiden.

I bestyrelsen ser vi det som en opgave at finde en løsning, så ingen oplever det negativt, når man skal tilmelde sig.

Det ville være uoverskueligt at remse de mange aktiviteter op, som gennem året har været i gang. Dog vil jeg nævne, at vi har fået etableret en Social- humanitær gruppe, hvor *besøgsvenner, IT i hjemmet, den hjælpende hånd og bisidder* er samlet. Gruppens formål er at kunne inspirere hinanden og tage initiativ til nye aktiviteter. Og allerede nu kan jeg sige, at bestyrelsen har sagt ja til, at flere nye aktiviteter skal forsøges sættes i gang: *Herreværelset, og sprogvenner*. Derudover vil foreningen undersøge muligheden for at koble sig på *den kommunale demenshandleplan*, som kommunalbestyrelsen beslutter efter sommerferien.

Hvis der blandt medlemmer er forslag til nye aktiviteter, så hold jer endelig ikke tilbage, men kontakt bestyrelsen herom.

Til slut blot dette: Vi mangler frivillige til flere af vores aktiviteter.

Overvej om det kunne være noget for dig du vil opleve det meget givende at blive del af et fællesskab af andre frivillige.

Mange hilsner med ønske om en god sæson:

Arne Møller Madsen, Formand for Ældre Sagen i Rødovre.

Sæsonen 2023-2024

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 14.00-16.00 fra den 7. september 2023 til den 16. maj 2024.

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

E-mail: aeldresagen.rodovre@gmail.com

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

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. – Eller du kan 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 4. september 2023 kl. 17.00 i Loen på Rødovregård.

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.

Lis Jensen 📞 mobil 2963 1347.

HUSK: VISSE ARRANGEMENTER KRÆVER MEDLEMSBEVIS!

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.

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 1 - www.domicilblomster.dk



SENIORHØJSKOLEN

N Ø R R E N I S S U M

SÅ ER DET TID IGEN

hvor man skal tænke højskole-tanker. Denne gang har vi fået et tilbud fra Seniorhøjskolen i Nørre Nissum. - Vi har åbenbart opført os pænt, siden de godt tør invitere os igen.

DE TILBYDER OS

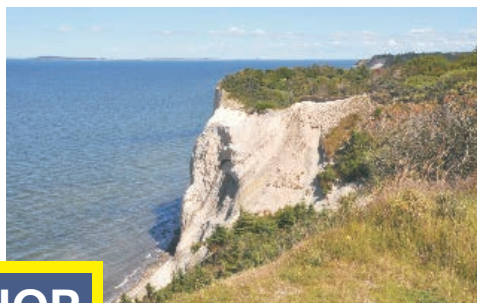
et kursusophold med seks overnatninger fra d. 15. til d. 21. maj 2024.

Her får du vind i håret, skumsprøjt og en mangfoldig buket af Limfjordens øer. Vi tager på opdagelse i Limfjordslandet og ved Vestkysten.

Et højskolekursus spækket med dejlige naturoplevelser og mulighed for korte vandreture -- lys, luft og fællesskab. Vi tager afsted med madpakker og kaffekurv for at gå på opdagelse i Limfjordslandet -- uanset vejr og vind.

Et kursus sprængfyldt med aktivitet, foredrag, sang og musik samt natur- og kulturformidling.





Ø-HOP

DAGLIGDAGEN

- Kl. 06.30 Svømmebassinet åbner
- Kl. 07.45 Morgenmad
- Kl. 08.45 Morgensamling med morgengymnastik
- Kl. 09.30 Undervisning
- Kl. 12.00 Middag
- Kl. 14.00 Undervisning
- Kl. 15.00 Eftermiddagskaffe
- Kl. 15.30 Undervisning
- Kl. 18.00 Aftenbuffet
- Kl. 19.30 Aftenarrangement med kaffe



UDFLUGTER: Fem dage. **Torsdag/Venø**, fredag/Vestkysten, **lørdag/Livø**, søndag/Klosterheden Plantage og **mandag/Fur**. -- Turene til Livø og Fur er heldagsudflugter.

PRISER og TILMELDING

Kursuspris: 6.350 kr. pr. pers. for delt dobbeltværelse + tillæg: 600 kr. for enkeltværelse. Prisen er inkl. bus tur/retur Rødovre-Nørre Nissum. Med forbehold for evt. prisændringer. – Tilmelding, fra 1. september 2023, skal ske til højskolens e-mail: kontor@seniorhoejskolen.dk

Skolens kontor ☎ 9789 1011.
Kontakt til Ældre Sagen, *Laila Parbst*, ☎ mobil 2310 3220.

DER ER 4 TYPER VÆRELSER:

- Dobbeltværelser med eget bad/toilet og egen indgang.
- Enkeltværelser med eget bad/toilet, men med delt indgang.
- Familiehusene, hvor der er plads til 3-4 personer.
- Lejlighederne, hvor man bor på enkeltværelse med delt bad/toilet.

ITALIENSK KONVERSATIONSKURSUS

Samtale ud fra forskellige tekster og emner, og foregår i Pejsestuen på Broparken Rødovre Frivilligcenter, Slotsherrens Vænge 2A tirsdage fra 13.00 til 15.00. Kurset starter tirsdag d. 5. sept. 2023 og slutter d. 14. maj 2024.

Leder: *John Greiffenberg*, ☎ 2155 5929.

IT-CAFÉ

Har du problemer med din bærbare PC, telefon eller tablet, så kan du få hjælp i vores IT-café, hvor vores erfarne IT-hjælpere er til stede, for både at yde praktisk hjælp, og for at kunne rådgive om IT-problestillinger, herunder det at færdes på internettet og bruge NemID/MitID. Der er altid kaffe på kanden. Tilmelding er ikke nødvendig.

Caféen er åben HVER torsdag fra 13 til 15, og du finder os i Foreningshuset, Højnæsvej 63B, Dør C. – Leder:

Sven Arne Steffensen, mobil 2465 1030 – mail sasteffensen@26b.dk

JULEUDFLUGT

Bustur til Esrum Kloster lørdag d. 25. november 2023, hvor vi skal se julemarked og spise en lækker frokost på Esrum Kloster. Drikkevarer er på egen regning. Vi kører fra Rødovre politistation kl. 9.00, og er tilbage kl. 16.00. Prisen for denne tur vil være 400 kr.

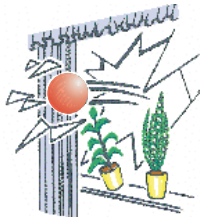
Der er tilmelding på kontoret på Højnæsvej 63C fra d. 26. oktober kl. 14-16.

Arrangør: *Lise Kjeldsmark* ☎ mobil 2094 1951.

FRED KAN IKKE OPNÅS MED VOLD.

DEN KAN KUN OPNÅS IGENNEM FORSTÅELSE.

Glarmester Gustav Sørensen & Søn Aps



Brusekabiner
Facetslibning af spejle, glas & glasmontrer
efter opgave
Forhandlere af vinduer og døre
78 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



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



Ida Schou
Ejendomsmægler, MDE



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 1

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 Rødovregaard, hvor vi skriver og læser op for hinanden og har således nogle gode iderige og inspirerende timer sammen.

Vi starter den 1. sep. til 1. dec. 2023. Og igen den 5. jan.- 1. mar. 2024.
Leder: *Kirsten Larsen*, ☎ mobil 2057 1587.

SKRIVEVÆRKSTED 2

Vi skriver om det, som vi har oplevet i vores liv og om emner, som vi har et personligt forhold til. På møderne læser vi op for hinanden/eller fremsender det skrevne inden mødet. Der stilles spørgsmål og diskuteres ud fra indlæggene, og vi hygger os ganske meget undervejs.

Gennem årene er vi i stigende omfang gået over til at fokusere mere på diskussioner og informationer om personlige forhold. – Vi mødes den første torsdag i hver måned fra kl. 14.00 til senest kl. 17.00 på Rødovregaard. Møderækken starter den 7-9 2023 og slutter 4.4 2024. –
Flemming Rigét, ☎ 3282 1410, e-mail: flemming.riget@gmail.com

LITTERATUR III

Deltagerne og studiekredslederen beslutter, hvilke bøger gruppen skal læse. Mødested: Havestuen på Rødovregaard den 2. fredag i hver måned kl. 13.00-15.00. Første gang d. 8. sep. Slut 12. apr. 2024.

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

LITTERATUR IV

Deltagerne og studiekredslederen beslutter, hvilke bøger gruppen skal læse. Mødested: Havestuen på Rødovregaard den 2. tirsdag i hver måned kl. 13.00-15.00. Første gang d. 12. sep. Slut 9. apr. 2024.

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

LITTERATUR V

Deltagerne og studiekredslederen beslutter, hvilke bøger gruppen skal læse. Mødested: Havestuen på Rødovregaard den 1. onsdag i hver måned kl. 15.00-17.00. Første gang d. 6. sep. Slut 3. apr. 2024.

Leder: *Ole Steenberg*, ☎ mobil 2335 7603.

RÅDGIVNING angående akut sygdom

Brug Region Hovedstadens AKUTTELEFON nr. **1813**

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 13. september 2023 og mødes i Dueslaget på Rødovregård i **ulige uger** kl. 10.00 til 12.00. Sæsonen slutter 24. april 2024.

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

Gruppe 3

Vi prøver at arrangere besøg på relevante museer, og arkiver.

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

Start mandag den 4. september 2023. Sæsonslut 29. april 2024.

Leder: Søren Thaae, mobil 2946 4028, 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 11. sep. og mødes i Dueslaget på Rødovre-gaard mandage i **ULIGE** uger kl. 09:30 til 12:00. Sæsonen slutter den 22. april 2024.

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

Vi tilbyder nu igen førstehjælpskursus med Hjerte-Lunge-Redning inklusive kursus i hjertestarter.

Kursus udbydes med støtte fra TRYGFONDEN, og underviserne er certificerede reddere fra "Reddernes Førstehjælp".

Vi forventer at gennemføre to kurser, hver med maks. 16 kursister.

Datoerne er ikke kendte ved redaktionens afslutning. Men det bliver i foråret 2024 med ét formiddagshold og ét eftermiddagshold. Det bliver bekendtgjort i Rødovre Lokal Nyt og på hjemmesiden.

Kurserne finder sted på Rødovregaard.

Alle er velkomne også ikke-medlemmer.

Billetter à kr. 50,- kan købes online via lokalafdelingens hjemmeside www.aeldresagen.dk/rødovre eller på Hovedbiblioteket i to uger, med start tre uger før kurset. – Leder:

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

ALT HVAD DER IRRITERER OS HOS ANDRE FØRER TIL EN FORSTÅELSE AF OS SELV



RØDOVRE BEGRAVELSESFORRETNING

**Tryghed & Tillid
i Processen**

Tlf. 36 72 00 82

DØGNTELEFON

Rødovre Centrum
1P, 2.273 • Indgang M
post@begr.dk • www.begr.dk



Danske
Bedemænd



Christie Rosenberg
Eksamineret
Bededame



**FÅ 50 % PÅ DEN
FØRSTE
BEHANDLING**

Medbring denne
annonce

STOPSMERTEN.NU

StopSmerten.nu er en fysioterapi og smerteklinik, med stor erfaring indenfor behandling af alle typer for smerter deriblandt slidgigt.

Vi går op i at finde årsagen til dine smerter, og hvordan vi kan fjerne dem. Vi behandler dig manuelt, dvs. en blanding af stræk, ledmanipulation, mobilisering, massage, akupunktur osv. Derudover instruerer vi dig i øvelser du selv kan gøre derhjemme for at smertelindre, eller blive helt smertefri.

50% rabat på 1. konsultation, som medlem af Ældre Sagen.
Derefter 10% rabat. Samt tilskud hvis du er medlem af Sygeforsikringen Danmark.

WWW.STOPSMERTEN.NU

Tårnvej 151, 2610 Rodovre, Tlf.: 7174 2610



BISIDDER

En sådan ordning indebærer et tilbud om ledsagelse i situationer, hvor det giver tryghed at have en bisidder med. Bisidderen har tavshedspligt og er ligestillet med dig, ikke rådgiver eller ordfører, men en hjælp til at huske aftaler, der er truffet. Har du brug for en bisidder, så kan du henvende dig til *Ebba Johansen*, ☎ 2851 6809.

Eller på mail ebba.johansen@webspeed.dk

DEN HJÆLPENDE HÅND

Hvis du har brug for hjælp til praktiske, mindre opgaver i hjemmet, så er vi en mindre gruppe frivillige med hænderne skruet rigtigt på. Vi tilbyder medlemmer af Ældre Sagen i Rødovre at løse mindre opgaver i hjemmet som f.eks. ophængning af billeder, pynt, reoler og hylder. Vi kan montere væg- og bordlamper, hænge persiener, rullegardiner og gardiner op. Vi kan samle og skille møbler ad, lave små-reparationer, og samle og måske vise dig, hvordan dit nye apparat eller maskine virker og en del andre ting.

Vi binder ikke an med fysisk krævende opgaver, laver ikke havearbejde, sætter ikke fjernsyn op eller indstiller kanaler på fjernsyn, laver ikke arbejde, der påfører håndværkere konkurrence eller kræver autorisation. Vi er frivillige og ulønnede, og det koster ikke noget at få vores hjælp, men du skal betale for de materialer vi indkøber og bruger til at løse opgaven. – Kun for medlemmer af Ældre Sagen i Rødovre.

Har du brug for en hjælpende hånd, så ring (mandag-fredag kl. 10-16) og få en snak/aftale med *Knud Erik Lykkegaard* på mobil 4074 3022 eller skriv til knuderiklykkegaard@gmail.com

HERREVÆRELSET

Ældre Sagen i Rødovre vil i løbet af sæsonen forsøge at etablere et herreværelse, som skal være et frirum for mænd med forskellige holdninger og interesser, og hvor vi kan lære hinanden at kende.

Her skal vi hygge os og diskutere, hvilke aktiviteter der skal være, og fordele opgaverne. Vi skal selv stå for alle aktiviteterne. Der skal vælges en aktivitetsleder, som refererer til bestyrelsen.

Der vil blive indkaldt til "kick-off" møde gennem annonce i Lokal Nyt.

Hvis du er interesseret i at høre mere, kan du kontakte:

Knud Erik Lykkegaard, mobil: 4074 3022 eller

E-mail: knuderiklykkegaard@gmail.com

BESØGSVENNER

Har du lyst til at glæde en ældre medborger, - så bliv besøgsven. Vores ordning er et tilbud til ældre mennesker, som savner et netværk, og som har begrænset mulighed for selv at komme ud blandt andre. Det er individuelt, hvor ofte og hvor længe en besøgsven besøger sin vært, men det forventes at besøgsvennen, under normale omstændigheder, overholder de aftaler som vennen og værten er blevet enige om. Du kan naturligvis holde ferie og aflyse enkelte besøg, blot du giver din vært besked i god tid forinden.

Der er ingen specielle krav til hvem, der kan blive besøgsven, blot skal du være over 18 år. Før besøgene begynder har vi et møde for at høre, hvilke interesser og ønsker du har, så vi kan finde en vært som passer til dig. Vi besøger værten sammen, og er der "et match", aftaler ven og vært selv det videre forløb, og I udveksler telefonnumre.

Alle besøgsvenner har tavshedspligt, får udstedt et ID kort med billede, bliver forsikret, og der er mulighed for at deltage i relevante kurser.

Som besøgsven kan du deltage i vore fælles sammenkomster, hvor vi hygger os og udveksler erfaringer. – Kontaktperson for besøgsvenner og værter er: *Lissi Lykkegaard*, som kan kontaktes på:

☎ mobil 6171 3022, eller e-mail: lissilykkegaard@gmail.com

Vi søger besøgsvenner. Har du lyst til at gøre en ældre borger glad og skabe lidt liv omkring en ældre, så bliv besøgsven, - og husk, at frivillighed er livsforlængende! Ring eller skriv til Lissi.

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 og aftal et besøg via *Jørgen Vitus Nielsen*, ☎ 3670 6964 eller mobil 2992 2952.

TELEFONKÆDE Tryghed i hverdagen

Formålet med en telefonkæde er at skabe tryghed for mennesker, der bor alene, og som måske er bange for at falde og derefter ligge hjælpeløs i længere tid. – Man bliver ringet op af den første i kæden og skal så selv ringe til den næste i kæden. Alle kan deltage i telefonkæden.

Er du interesseret i at være med, kan du kontakte

Elsebeth Sørensen og Anni Carlsen, ☎ 2872 5463.

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 !



www.jandohlmann.dk

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 ny aktivitet.

Hvis du er interesseret kan du kontakte formanden eller en anden 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 saxofon, klarinet, trompet, guitar og kontrabas, og vi har tillige en sangerinde og en sanger. For tiden er vi 16 glade musikere.

Vi øver hver mandag i Ældrecentret Broparkens store festsal, Slotsherrens Vænge 2 fra kl.11.30 til ca. 14 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. To til tre gange i løbet af efteråret og foråret spiller vi koncerter på ældre- og pleje-hjem.

Vi indleder vores sæson mandag d. 4. september og slutter 27. maj 2024. 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 2024, 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.

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.

I sæsonen 2023 - 2024 har vi arrangeret følgende besøg, dog med forbehold for eventuelle ændringer og aflysninger.

BALLONPARKEN på Christianshavn

Onsdag d. 20. september 2023 kl. 10.45, mødes vi på Islands Brygges Metro. Guide Frede Norbrink fortæller om de røde barakker, og om en alternativ boligform i historiske omgivelser. Deltagerantal: 10-20.

Pris kr. 50. Tilmelding online på Ældre Sagens hjemmeside eller på kontoret på Højnæsvej 63 C fra torsdag d. 7. september 2023 kl. 14-16. Arrangør: *Lise Kjeldsmark*, ☎ mobil 2094 1951.

COPENHILL

Onsdag d. 11. oktober 2023 er der rundvisning på CopenHill. Vi mødes på Vindmøllevej kl. 13.00. Turen går til toppen, hvor I bliver klogere på projektet generelt, arkitekturen, udfordringer, muligheder, visioner, tankerne bag projektet og lidt røverhistorier om de seneste 10 års byggeri. Alt imens I kan nyde udsigten i hele 85 meters højde over København og Øresund. – Pris kr. 160 pr. person.

Køb af billetter online på Ældre Sagens hjemmeside eller på kontoret Højnæsvej 63C, torsdag d. 28. september kl. 14-16.

Arrangør: *Bjarne Larsen* Mobil: 2217 1702.

**DEN, DER UNDERVURDERER SIG SELV
BLIVER HØJST SANDSYNLIG
OGSÅ UNDERVURDERET AF ANDRE!**

BOWLING I WORLDCUPHALLEN I RC med spising.

Fredag d. 19. januar 2024 kl. 16.00 har du/l muligheden for at få prøvet jeres evner udi den ædle sport bowling. Vi bowler i 2 timer, hvorefter der serveres en to-retters middag i bowlinghallens restaurant.

Hele herligheden fås for kr. 350.

Køb af billetter online på Ældre Sagens hjemmeside eller på kontoret Højnæsvej 63C, torsdag d. 4. januar kl. 14-16.

Arrangør: *Ture Skriver*, ☎ mobil 2372 6943.

FRIHEDSMUSEET

Onsdag d. 28. februar 2024 kl. 13.00. Vi mødes på Esplanaden 13 i Kbh. og får en times rundvisning, med emnet: "Den anden halvdel af historien. Kvinderne i modstandsbevægelsen". Pris kr. 175 pr. person.

Tilmelding online på Ældre Sagens hjemmeside eller på kontoret Højnæsvej 63C, torsdag d. 15. februar kl. 14-16.

Arrangør: *Bjarne Larsen*, ☎ mobil 2217 1702.

GRENNESMINDE

Besøg Grennessminde i april måned. Dato og pris er endnu ikke fastlagt. Se på hjemmesiden fra ultimo januar og "Det Sker" nr. 2 og 4 2024 samt annonce i Rødovre Lokal Nyt i februar og marts.

Grennessminde i Taastrup er et bo-, arbejds-, og uddannelsessted for mennesker med særlige behov.

I vores socialøkonomiske virksomheder bliver man en del af et levende jobfællesskab. Et jobfællesskab, der bidrager til, at det enkelte menneske vokser og udvikler sig.

Når du handler med Grennessminde, støtter du vores arbejde for trivsel og livsmod hos udsatte mennesker.

Arrangør: *Ture Skriver*, ☎ mobil 2372 6943.

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 2023

Kontor:
"Viften" Rødovre Parkvej 130
2610 Rødovre Tlf. 3124 3593
www.roedovreteater.dk
Giro: 613-4076

Støt vore annoncører! De støtter os

SOMMERUDFLUGT 2024

Torsdag d. 6. juni 2024.går turen til Nyord, som er en lille ø nord for Møn. Nyord er landfast med Møn via en dæmning. Vi går lidt rundt og nyder den smukke natur, derefter kører vi



til Stege og får en dejlig frokost. Drikkevarer er på egen regning. Vi kører fra Rødovre, politistationen kl. 8.00, og er tilbage i Rødovre igen efter en skøn dag kl. 17.00. Prisen vil være 400 kr. Billetter sælges fra kontoret på Højnæsvej 63C d. 23. maj fra kl. 14-16. Husk medlemsbevis. Ret til ændringer forbeholdes. Arrangør: Lise Kjeldsmark, ☎ mobil 2094 1951.

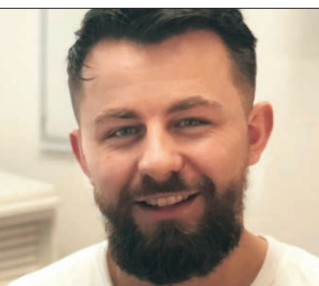
**DET UBEHAGELIGE ER,
AT MAN GLEMMER DET DER SKAL HUSKES
OG HUSKER DET DER BØR GLEMMES**

Tandklinikken

Stefan Lukic



Kom ind på en af vores klinikker, til en uforpligtende konsultation, så vi kan finde den bedste løsning for dig.



Åbningstider alle dage:
Kl. 09.00 - 16.30

Vi tilbyder:

- Alle former for Tandproteser
- Helproteser
- Delproteser
- Tryklåsproteser
- Hjemmebehandling

Brøndbyøster Torv 27, st.
2605 Brøndby
Tlf. 3647 2171

Hos os kan du bide regningen over i bidder. Vi hjælper også med at søge kommunen.

Tandprotesen@gmail.com
www.tand-proteser.dk

Tandprotesen

Rødovrevej 314
2610 Rødovre
Tlf. 3641 2201



Støt vore annoncører! De støtter os



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

KØB AF EJENDOM

- 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.

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

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

Vi indleder vores sæson onsdag d. 30. august og slutter 8. maj 2024.

Leder: *Niklas Jensen*, frivillige@yahoo.dk

Lettere Sund MADLAVNING for mænd og kvinder 60+

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

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

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

Vi indleder vores sæson mandag d. 21. august og slutter 27. maj 2024.

Leder: *Tove Pedersen*, ☎ mobil 2254 7075.

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 Rødovregaard. 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 12. september, og fortsætter tirsdage i **ulige** uger til og med den 21. november.

Efter jul fortsætter vi tirsdage fra den 16. januar til og med den 9. april 2024.

Prisen for mad, kaffe og småkager er 70 kr. indtil udgangen af 2023, hvorefter der måske kommer en mindre prisstigning afhængig af prisudviklingen på fødevarerne.



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

Leder: *Karin Nielsen*, ☎ 2163 7599.

RABAT

Medbring denne
kupon og få
10 % rabat
til Ældre Sagens
medlemmer 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**Rødovregård, Loen, Kirkesvinget 1.**

Fra mandag den 4. september 2023 og de følgende mandage spilles der som sædvanlig fra kl. 10.00-13.00. Slut den 22. april 2024.

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

Brohuset, Slotsherrens Vænge 2.

Fra tirsdag den 19. september 2023 kl. 10.00-13.00, til d.14. maj 2024.

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

Brohuset, Slotsherrens Vænge 2.

Fra fredag den 15. september 2023 kl.10.00-13.00, til d. 10. maj 2024.

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

WHIST

Vi fortsætter vores whisthold på 25 deltagere, som foregår på Rødovregård. - Holdet mødes om fredagen kl. 12.30-16.00 i Hestestalden.

Sæsonstart den 1. september 2023 og slutter 26. april 2024.

Leder: *Hanne Ridder*, ☎ 5335 7039.

DANMARK SPISER SAMMEN**SPIS FÆLLESSKABET I GANG**

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 Rødovregård den 24. april 2024 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. 50 reserveres på telefon 3151 7191 fra kl.10 til 15,

den 8. og den 9. april, og kan afhentes på

Højnæsvej 63C, den 18. april 2024 mellem kl. 14 og 16.

**Panasonic
Center**

NYT TV UDEN ALT BESVÆRET KØB HOS MILO



- ✓ Leveret hjemme
- ✓ Tilsluttet og Indstillet
- ✓ All inclusive
- ✓ 5 Års Produktgaranti

**5%
RABAT**

**Besøg os i
Rødovre Centrum
eller ring 36 41 00 11**

5% Rabat til Ældresagen medlemmer

Milo lyd&billede

Rødovre Centrum – en verden til forskel

Rødovre Centrum 1 RC 22

Tlf: 36 41 00 11



Rabatten kan ikke bruges sammen med andre rabattordninger

TORSDAGS-TRÆF

Denne sæson begynder vi torsdag den 7/9 2023 i Loen på Rødovre-gaard og slutter den 7/12-2023 med en lille minigudstjeneste i kirken, hvorefter vi går over i Loen.

Vi begynder med kaffe/te med rundstykke kl. 09.30. Prisen er 40 kr., som betales kontant ved indgangen. Efter kaffen/teen er der foredrag. Selve foredraget begynder kl. 10.00 og varer til ca. 11.30, med en kort pause, og det er med et varierende indhold. Der er ofte lysbilleder, og der kan være musik/sang, i forbindelse med disse.

Mange af foredragsholderne er foreslået af vore medlemmer, og det er vi meget glade for. Under normale forhold regner vi med omkring 80-90 deltagere pr. gang.

Her bringer vi oversigten over de første 14 foredrag, mens resten vil blive meddelt på møderne samt annonceret på hjemmesiden.

Leder *Birgit Jakobsen*, ☎ 2578 7195

7/9. Mercy Ships - de flydende hospitaler. Viggo Bostrup, maskinchef og frivillig foredragsholder, har arbejdet ombord på hospitalet 11 gange, og han vil med fortællinger, billeder og video dele de livsforvandlerende historier fra sit ophold på Africa Mercy.

14/9. Farmaceut Erik Aksel Ejner Lindgren tager os på en overraskende rejse og fortæller, hvad der gemmer sig af historier om: Store danskere: H.C. Ørsted, Niels Bohr, Ole Rømer, Brygger Jacobsen, et Løveapotek, som er flyttet, et universitet, som ikke ligger, hvor det lå.

21/9. Anders Wejrup fortæller om en naturskøn region. – Historiens vingesus. Invasionen 6. juni 1944 i Normandiet, én af grundstenene til Europas frihed. Herunder en tur langs Invasionskysten, Omaha og Utah Beaches. Vi hører om D-dagen: Optakten - Dramaet - Efterspillet.

28/9. Min Farfars Fodspor. Tim Simonsen fortæller. – Som ung politi-mand under besættelsen, varetog min farfar opgaver, der førte ham ind i nye cirkler: På kort tid gik han fra alm. uniformeret betjent med samarbejde med besættelsesmagten til modstandsarbejdet.

5/10. Stop svindlerne. Svindel med betalingskort, med NemID, og ved online-handler fylder mere og mere. En rådgiver fra Sydbank vil derfor fortælle, hvad vi skal være opmærksom på, med viden, tips og tricks for

at undgå faldgruberne. Rådgiveren tør godt love, at man får viden med hjem, så man kan komme på højde med situationen.

12/10. Marie-Louise Impgaard Sørensen fortæller. Livet er livet! På godt og ondt. Vi har hver vores livsvej. Det afgørende er, hvordan vi vælger at være på hver vores vej, og hvilke skridt vi hver især vælger at gå på denne vej. Nogle ting er vi slet ikke selv herre over.

19/10. Mange kendte navne arbejdede på de erotiske lystspil, og nye stjerner som Ole Sølvtoft og Birte Tove opnåede idolstatus. Men succesen havde sin pris. Hvor frisindede var danskerne egentlig, når det kom til stykket? – Kulturjournalist og forfatter Brian Iskov fortæller.

26/10. Jamen, jeg er da stadig i Afrika. Kim Højgaard Rasmussen fortæller spændende og underholdende historier fra de næsten 40 år, han har rejst, boet og arbejdet i Afrika. Foredraget tager udgangspunkt i hans egne oplevelser, som blandt andet inkluderer to togrejser.

2/11. En erfaren grønlandsfarer, Alf Tornberg, fortæller om Grønland før og nu. Der er mange politiske "udenlandske interesser", der har kik på Grønlands næsten "uendelige muligheder...". UNESCO's nationalparker, og ikke mindst turisterne har stor betydning for det store land.

9/11. Jens Sølund fortæller med muntre fortællinger og skæve anekdoter. "Mit liv med bassen og jazzen". Et humoristisk beretning om 50 år bag kontrabassen.

16/11. Kirsten Erlendsson fortæller. I 45 år har jeg arbejdet som journalist på dagbladet B.T. Jeg har gjort det til mit speciale at være fluen på væggen ved optagelserne til tv-serierne "Rejseholdet", og "Badehotellet" for bagefter at kunne interviewe de populære skuespillere.

23/11. Camilla Kornerup fortæller, at Sicilien har til alle tider tiltrukket mennesker, og øens beboere har dna fra dens mange besøgende gennem tiderne: grækere, romere, arabere, normannere, spaniere mfl. – Nu er det bådflugtningene, der tager vejen over Middelhavet.

30/11. At Leve i Provence - uden at være ung eller rig. Da forfatteren Karen Høeg tog springet og forlod voksne børn, gamle mor, venner, bolig og den danske tryghed, for at bo i Provence, realiserede hun en længe næret drøm. Hun fortæller her om udfordringen.

7/12. Vi skal som sædvanlig mødes i Rødovre Kirke, hvor der er åbent fra kl. 9.00 og bliver der til kl. 10.15. *Fortsættes næste side*

Vi får en speciel julegudstjeneste, hvor Helle Jeppesen modtager os, og vi skal synge vores kendte julesalmer. Efterfølgende går vi i Loen og drikker kaffe/te og spiser juleboller. Derefter gør vi som tidligere år, hvor vi fortsætter med diasshow og fællessang. Bent Kølvig underholder ved flyglet, og Sven Gamst viser billeder på projektorskærmen. Yderligere omtale for resten af sæsonen udleveres løbende ved vore Torsdags-træf, samt vises på hjemmesiden.

Vi mødes igen til Torsdags-træf den 4. januar 2024.

MODEOPVISNING

Vore modeshows viser modetøj for den voksne kvinde 50+ søndag d. 1. oktober 2023 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. Vi afholder også modeopvisning tirsdag 2. april 2024 kl. 13. Leder: *Yvonne Jørgensen*, mobil 📞 2324 0914.

ÅRSFEST for vore medlemmer.

Fredag den 10. november 2023 kl. 17.30 mødes vi i Loen på Rødovregaard til vores årlige fest. Vi hygger, spiser, snakker, og efter midt dagen er der levende musik. Når vi ankommer får vi et velkomstglas i Vognporten, inden dørene åbnes, og vi finder vore pladser. 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 Ældre Sagen i Rødovres eget Husorkester vil underholde os resten af aftenen.

Billetprisen er 250 kr. eks. drikkevarer. – Billetterne købes på vores kontor, Højnæsvej 63 dør C, torsdag den 19. oktober 2023 eller online i uge 43 fra den 23. til den 29. oktober 2023.

ÅRSMØDE

Årsmødet afholdes lørdag den 9. marts 2024 kl. 14.00 i Loen på Rødovregaard, 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 24. februar 2024. Mød op og gør din indflydelse gældende.

HUSK MEDLEMSBEVIS og noget at skrive med!

Inkl. bus fra
Rødovre
og Hvidovre
til lufthavn t/r

Seniorrejser

grupperejser til friske og livsglade seniorer

Solrige Gran Canaria 15. - 22. nov. 2023



Inkluderet i rejsen:

- Bustransport fra din kommune til lufthavnen t/r
- Guide assistance ved check-in
- Direkte fly til Gran Canaria t/r
- Indchecket bagage
- Bustransport til hotellet t/r
- 7 nætter i delt dobbeltværelse
- 7 x morgenmad på hotellet
- 7 x aftensmad på hotellet
- 4 udflugter jf. program inkl. entréer
- Frokost på alle udflugter
- Erfaren dansk rejseleder
- Godt selskab med ligesindede

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.

Det skal vi opleve:

- Introduktionstur i området, bl.a. ser vi de store naturlige sandklitter
- Hovedstaden Las Palmas inkl. den historiske bydel Vegueta. Frokost ved stranden "Las Canteras"
- Den eventyrlige Guayadeque kløft med øens største koncentration af hule-huse. Inkl. frokost i en hule
- Smuk tur i bjergene, væk fra kyst-turismen. Oplev øens 4 klimabælter, landsbyen Fataga samt besøg på vingård
- 2 dage til fri disposition

Deltagerpris: Kr. 9.995 pr. person
(Tillæg for enkelværelse kr. 1.995)



Godt selskab for livsglade seniorer

Tlf. 27 31 37 05 • www.bellarejser.dk • info@bellarejser.dk

PETANQUE

Vi er to hold, der fortsat spiller på banerne ved Jyllingevej 128. Hver mandag fra 12.00-15.00 og hver onsdag fra kl. 10.00-13.00.

Kom og vær med! Alle er velkomne.

Vi bliver ved, indtil det bliver for koldt, senest 30. okt. og 1. nov. 2023.

Til foråret 2024 begynder vi igen med at spille mandag den 8. april og onsdag den 3. april og fortsætter hen over sommeren. – Lederne er:

Mandagshold: *Peer Bring*, ☎ 2248 6286.

Onsdagshold: *Jørgen Pedersen*, ☎ 3032 5879.

KROLF

Er en mellemting mellem krocket og golf. – Vi spiller på et græsareal bag Engskræntens Plejehjem. Banen er lidt kuperet og består af 12 huller. Der spilles med køller og kugler som forefindes.

Du kommer ud i fri luft og får en bedre kondi på en nem og morsom måde samt socialt samvær.

Kom og hyg dig med os. Vi spiller hver tirsdag fra kl. 10-11.

Sæsonen slutter den 3. oktober 2023, og starter igen den 2. april 2024.

– Kun for medlemmer af Ældre Sagen.

Leder: *Yvonne Jørgensen*, ☎ 2324 0914.

Rekonvalescenthjemmet
LYSGLIMT i Gilleleje



Pragtfuld beliggenhed direkte til havet
Storslået udsigt

Naturskønne spadsereture
Et køkken, som tilbyder
inspirerende varieret kost

Godkendt af
Sygeforsikringen Danmark

Ring efter brochure på
4830 0247

www.lysglimt-gilleleje.dk

Danmarks smukkeste feriested for ældre

Damefrisør

SALON CARLSRO

Tårnvej 205 Tlf. **3670 5775**

SALON
BOULEVARDEN

Damhus Boulevarden 26

Tlf. **3670 1094**



Aut. EI-Installatører

STEEN RASMUSSEN ApS

3641 3181



& søn



SENIORGYMNASTIK

Vi har tre seniorgymnastikhold. Alle holdene er M/K hold og træner i "Spejlsalen" i Foreningshuset, Højnæsvej 63 om tirsdagen.

Medbring liggeunderlag og en 2,5 m langt træningselastik.

Gælder for alle tre hold.

Hold 1 træner fra kl. **9.30-10.45** og starter tirsdag den 5. september 2023, og forventer at slutte den 30. april 2024.

Vi øver bevægelsestræning, hvor vi får rørt alle muskler, pulsen op, samt øget balance og smidighed. Der er liggende og stående øvelser
Leder: *Lissi Lykkegaard*, ☎ 6171 3022.

Hold 2 træner fra kl. **11.00-12.15** og starter tirsdag den 5. september 2023, og forventer at slutte den 18. juni 2024.

Holdet hedder: **Bevægelsestræning for selvhjulpne seniorer.**

Træningen består i at få rørt og styrket alle muskler fra top til tå, få pulsen op, øge balance og smidighed, styrke koordinationen og holde hjernen skarp. Både liggende og stående øvelser trænes.

Leder: *Kiss May Brandstrup*, ☎ mobil 5121 8369

Hold 3 træner fra kl. **13.00-14.15** og starter tirsdag den 5. september 2023, og forventer at slutte den 30. april 2024.

Vi øver bevægelsestræning, hvor vi får pulsen op, får rørt alle muskler samt øget balance og smidighed. Der er liggende og stående øvelser.

Leder: *Lissi Lykkegaard*, ☎ 6171 3022.

BOWLING

Vi spiller i World Cup Hallen i Rødovre Centrum hver mandag fra kl. 13.00-14.00 fra 4. september 2023 til 29. april 2024.

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 18. august 2023 i Loen på Rødovregård kl. 12.30.

Tilmelding til *Ture Skriver*, ☎ 2372 6943, inden 11. august.

Ungdommen er naturens gave. Alderdommen et kunstværk

SYNG SAMMEN

Det hedder ikke mere Syng-Sammen-Komst i overskriften, men bare SYNG SAMMEN.

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

Efterår 2023: 13. september, 11. oktober, 15. november og 13. december.

Forår 2024: 17. januar, 21. februar, 20. marts og 17. april.

Tilmelding ikke nødvendig. Medbring selv drikkevarer/termokande.

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

VINSMAGNINGSKURSUS

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

I efteråret 2023: Den 19/9, den 24/10 og den 28/11.

I foråret 2024: Den 27/2 og den 19/3.

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. – Tilmelding nødvendig.

Hvis holdet bliver overtegnet, oprettes venteliste.

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

ERFAREN MAND ER GOD AT GÆSTE, MEN ERFAREN KVINDE ER OGSÅ GOD AT GÆSTE!

rødovre apotek

rødovre centrum 124

tlf. 3670 0858

apoteket i centrum

husk, at vi bringer ud

islev apotek

fortvej 5

tlf. 3670 4781

Spar tid - bestil tid online

9391 0515

Også hjemmebesøg

CARLSRO HERREFRISØR



Indehaver

Alm. Klipning 299 kr.

Pensionistpris 239 kr.

Drengeklipning 250 kr.

Hjemmebesøg 400 kr.

Mandag - fredag kl. 9.00-17.30

KAWA Tårnvej 239

Støt vore annoncører! De støtter os

LEDER- og HJÆLPERSAMMENKOMST

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, torsdag den 25. april 2024 kl. 12.30 i Loen.

Alle vores aktive ledere og hjælpere vil få en skriftlig invitation.

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 hjemmesiden:

www.aeldresagen.dk/rødovre hvor der ca. midt på siden er en tilmeldingsrubrik, hvori der står "Tilmeld dig til det lokale nyhedsbrev".

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



Vask:

Privattøj.

Priser på vask, tørring og rulning:
pr. kg kr. 36,00.

Vi henter og bringer for kr. 50,00.

Alle priser er ekskl. moms.

KRONDALVEJ 10 - 2610 RØDOVRE - TLF. 4453 4440

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 den første lørdag i hver måned i den mørke tid i vinterhalvåret.

Men som noget nyt, har det i år været muligt for Viften, at tilbyde forsalg til efterårets forestillinger allerede fra den 1. april til den 9. september kl. 12.00.

Vi starter den nye sæson, lørdag den 9. 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. Der sælges ikke billetter til enkeltforestillinger.

Nærmere oplysning og eventuelle andre henvendelser rettes til:
Yvonne Jørgensen, ☎ 2324 0914.



En aften i
Dissing/Andersens
univers
med *Hymner og Ukrudt*
.....
Lørdag 14. oktober
www.viften.dk

COMPUTERSERVICE

- Vi finder fejlene • Vi reparerer • Vi forebygger • Vi vejleder.
- Personlig og nærværende service • Vi kommer også ud.
- Se vores hjemmeside for åbningstider • Vi forstår din computer.

PCvirk

Roskildevej 301A, 2610 Rødovre
(Hjørnet af Randrupvej og Roskildevej)

www.pcvirk.dk

Tlf. 6064 6301

E-mail: pcvirk@pcvirk.dk

Støt vore annoncører! De støtter os

LØRDAG 09.09 KL. 12.00



TOVES VÆRELSE

Filmen 'Toves værelse' handler om den berømte danske digter Tove Ditlevsen, kendt for bl.a. 'Man gjorde et barn fortræd', 'Barndommens gade' og 'Blinkende lygter'. Paprika Steen spiller Tove Ditlevsen, der i 1960'erne levede sammen med Ekstra Bladets chefredaktør, Victor Andreassen, i et stormombrust ægteskab. Paprika Steen og Lars Brygmann har tidligere spillet overfor hinanden i teaterstykket af samme navn.

LØRDAG 07.10 KL. 12.00



USTYRLIG

Den 17-årige Maren, der er vild og uregerlig lever i 1933, hvor samfundet har særlige forventninger til, hvordan unge kvinder skal opføre sig. Maren, der ikke passer ind i tidens normer, bliver derfor sendt på kvindeanstalten Sprogø for at blive tilpasset. Her møder hun Sørine, der efter seks år på Sprogø, har tilpasset sig samfundet og anstaltens spilleregler. Opholdet har dog den modsatte effekt på Maren, der får tændt en gnist i Sørine.

LØRDAG 04.11 KL. 12.00



EMPIRE OF LIGHT

Empire of Light er en kærlighedshistorie der tager sit udgangspunkt i en smuk, gammel biograf på den britiske sydkyst i 1980'erne. Instrueret af Sam Mendes (American Beauty, Sky Fall m.m.) og med Olivia Colman i den altdominerende hovedrolle er Empire of Light en smuk historie om venskab, had, kærlighed mellem mennesker og kærlighed til film på det store lærred.

LØRDAG 02.12 KL. 12.00



LIVING

'Living' handler om en helt almindelig mand, der i slutningen af sit liv beslutter sig for at ændre sin livsfortælling. Bill Nighy, der var nomineret til en Oscar for sin præstation i filmen, spiller Williams, der i årevis har levet et liv i skyggen med et formaliseret og rutinepræget arbejde i statsforvaltning. Filmen udspringer sig i 1950'ernes London, hvor han i 11. time beslutter sig for at tage affære, og forvandle sit kedelige liv til noget vidunderligt.

4 Film: 260 kr. inkl. kaffe og kage

Tilmelding foregår i Viften fra 1. april kl. 11.00

Der sælges ikke løssalgsbilletter



RØDOVREGAARD

Kirkesvinget 1, 2610 Rødovre

Det faste mødested for Ældre Sagen i Rødovre