

Ældre @ Sagen

Nr. 2
22. årgang
2. halvår 2023

Værløse



www.aeldresagen.dk/vaerloese

Lokalbestyrelsen i Værløse



Formand

Elin Damgaard
tlf. 4447 2246
ed@damgaard-net.dk
Ældre- og
sundhedspolitik,
Hold
Koordinationsudv.



1.Næstformand

Mogens Dalsgaard
tlf. 2127 6212
mogensdalsgaard@
outlook.dk
Arrangementer
PR, kommunikation



2. Næstformand

Kirsten Fuursted
tlf. 5186 0325
k.fuursted@outlook.
dk
Soc.hum aktiviteter
Koordinationsudv
Kulturelt Samråd
Frivilligcenter.



Kasserer

Birthe Hey
tlf. 6077 4827
michelsen.hey@
webspeed.dk
Brevduer



Sekretær

John Storm
tlf. 2298 3333
johnstorm321@
gmail.com
Webmaster
IT
Persondata



Birthe Olesen
tlf. 4448 5014
birtheolesen@
gmail.com
Nyhedsbrev



Per Billesø
tlf. 4089 6400
billesoe@gmail.com
Koordinationsudv.
Folkeoplysningsudv.
Satellitten



Jan Brünings
tlf. 2020 6585
jan.brunings@
gmail.com
Lokaler
1. suppleant



Ellen Risum
tlf. 2144 2526
ellen.risum@gmail.
com
2. suppleant



Regnar Jarnbak
tlf. 4497 3042
regnar@jarnbak.dk
Bladet
Webmaster
Det sker
3. suppleant

Forside: Naturelskere. Foto: Knud Vedel.

Koordinationsudvalget 2023

I kommuner, hvor Ældre Sagen har mere end én lokalbestyrelse, er der ned-sat et koordinationsudvalg. Koordinationsudvalget varetager lokalbestyrel-sernes interesser og opgaver overfor offentlige myndigheder (den lokale ældrepolitiske/sundhedspolitiske indsats) og pressen.

Elin Damgaard, Værløse – formand

Nils Danielsen, Farum – næstformand

Kaj Christiansen, Farum

Kirsten Fuursted, Værløse

Per Billesø, Værløse

Vibeke Jensen, Farum



QR-kode, en stregkode, som du kan aflæse med din iPad, tablet eller telefon. Her kan du finde vores hjemmeside.



Annoncer

Kurt Jørgensen,
tlf. 2085 0180
kurt.oskar@
kabelmail.dk

Kontortid om onsdagen er ophørt.

Ordningen blev i efteråret etableret som et forsøg, men desværre har vi ikke haft tilstrækkeligt med ressourcer til at fortsætte.”

Indholds- fortegnelse



<i>Formanden</i>	<i>5</i>	<i>Kalender</i>	<i>20</i>
<i>Telefonsvindel.....</i>	<i>6</i>	<i>Arrangementer</i>	<i>21</i>
<i>Socialhum. aktiviteter.....</i>	<i>8</i>	<i>Holdaktiviteter</i>	<i>50</i>
<i>Bankovenner, Besøgsvenner... </i>	<i>9</i>	<i>Søndagscafé.....</i>	<i>59</i>
<i>Søndagscafé mm</i>	<i>9</i>	<i>Tilbud fra Farum</i>	<i>60</i>
<i>IT-café</i>	<i>12</i>		
<i>Regler for tilmelding.....</i>	<i>16</i>		
<i>Arrangementsgruppen</i>	<i>17</i>		
<i>Vejledn. i Bookingsystemet... </i>	<i>19</i>		

Værløse Helse & Motion



Ryetevej 28 Værløse

tlf: 40 16 78 78

www.helseogmotion.dk

Motion for 40 +

Værløse Helse & Motion er et hyggeligt motionscenter, hvor der er plads til dig, som gerne vil holde dig i form på bedst mulig vis. Vi er her for dig - kompetente og erfarne instruktører, som altid er med i træningslokalet, til at vejlede i de forskellige redskaber og øvelser. Vi har damehold, herrehold og mixhold. Vi nyder at skabe en god atmosfære, hvor din tilstedeværelse også har stor betydning, hvilket vi bl.a. er kendt for i Værløse Helse & Motionscenter.

Du får god motion og kommer i godt humør.

Bevægelse er vejen til glæde ❤️





1988 – 2023

35 år! Næsten en halv menneskealder er gået, siden Ældre Sagens Lokalafdeling her i Værløse blev etableret. I det nuværende forår er vi omgivet af galopperende prisinflation, krig i Europa og et klima, der bliver mere og mere uberegneligt og vanskeligt at kunne nå at påvirke.

Men hvordan så det ud i foråret 1988? Den kolde krig lakkede mod enden med folkelige protester mod jerntæppet i Østeuropa - det var året før Berlinmurens fald. - Herhjemme demonstrerede man mod atomvåben på skibe i danske havne, den lille havfrue mistede hovedet for anden gang, og den også dengang høje prisinflation var endnu ikke tæmmet af "kartoffelkuren" med boliglån, der skulle afdrages over 20 år med renter på omkring 10%.

Tilbage til nutiden og vores årsmøde, der blev afholdt i Galaksen. 120 medlemmer var mødt op for bl.a. at høre bestyrelsens beretning om "rigets tilstand" og hygge sig bagefter med et ægte Birthe Kjær Kopi Show.

I 2022 gennemførte vi 45 arrangementer med ca. 1.900 deltagere – rejser, ture, foredrag og højskole. Vi havde 37 faste hold, 21 med motion for kroppen og 16 med motion for hjernen, samt en meget travl it-café, der hjalp medlemmerne med bl.a. MitID og andre vanskelige digitale tiltag. Vi afholdt også en række socialhumanitære arrangementer, herunder Søndagscafé og Danmark Spiser Sammen.

I Ældre Sagen finder vi det vigtigt, at vi i så mange som muligt af vores aktiviteter skaber mulighed for, at deltagerne kan møde nye mennesker og tale sammen, om det så blot er over en kop kaffe. Socialt samvær er en uundværlig ingrediens til at modvirke ensomhed.

Alt dette kunne vi kun gennemføre med hjælp fra vores 160 engagerede, frivillige ildsjæle. Uden dem ingen aktiviteter – så en kæmpe stor, varm og hjertelig tak til dem. Sidst, men ikke mindst, også en tak til alle medlemmer, der på den ene eller anden måde støtter Ældre Sagen i Værløse.

Rigtig god sommer.

Elin Damgaard

Medlem telefonsvindlet for 250.000 kr.

En person ringer og oplyser, at han er fra politiet eller fra ens bank. Du bliver overbevist om, at samtalen er ægte. Du bliver bedt om at hjælpe med at sikre, at kriminelle ikke tømmer din bankkonto. Vi sender en patruljevogn, men inden den ankommer, skal du lige sikre dine penge ved at overflytte til nogle sikre konti.

Bankmanden med stor autoritet beder dig også om at overflytte dine penge til diverse sikre konti. "Bare åbn din netbank, så skal jeg guide dig igennem."

Som ældre kan de være svært at afvise autoritetspersoner, der vil hjælpe dig. Men hvad gør bankerne selv?

Bankerne oplyser ustandselig om, at de aldrig ringer til kunder for at få kortoplysninger eller koder eller lign. Men er det godt nok?

Fra 2021 til 2022 er antallet af anmeldelser om telefonbedrageri steget fra 1170 til 1845 altså over 50%.

Når man selv foretager overførslen med MitID og godkender, er det i øjeblikket ingen kære mor. Du får ikke en krone tilbage af de flere hundrede tusinde kro-



ner, du er blevet instrueret i at overføre. Pengene har lynhurtigt skiftet konti og ejermænd et par gange og kan ikke tilbageføres.

Banken vil ikke betale. Det gør de kun, hvis du f.eks. har glemt dit Dankort med kode eller fået stjålet kortet!

Klageinstansen, Det finansielle ankenævn har hidtil ikke ville bruge de samme bestemmelser, hvor du ved misbrug med Dankort og kode kun hæfter for et mindre beløb. Mindretallet, som består af brugerrepræsentanter har flere gange forgæves forsøgt at ændre denne praksis.

I Ældre Sagen i Værløse har vi kendskab til en endnu ikke afgjort sag, hvor det er forsøgt at bidrage med flere argumenter for at gøre bankerne medansvarlige for telefonbedrageri.

Med få greb, kan enhver bank begrænse mulighederne for at lænse formuer fra borgerne. Men de allerfleste banker gør stort set intet.

Bankerne bør tage et medansvar for bedrageriet

- 1) De gør intet for at oplyse kunder om muligheden for at nedsætte maksimum for daglig overførsel.
- 2) De kontakter ikke ældre kunder for at oplyse eller tilbyder ændringer i daglig overførsel.
- 3) Mange banker har ikke en procedure, der forhindrer eller advarer om tømning af konti ved overførsel til andre pengeinstitutter
- 4) Mange banker har ingen procedurer for en advarsel, når kunder tømmer konto med bedrageres standardtekst til overførsler til andre pengeinstitutter med beskrivelsen som f.eks. "Ekstra konto"
- 5) Mange banker har ingen procedurer, der opfanger større systematiske overførsler på samme måde som ved overførsel af små beløb til udlandet.
- 6) Mange banker har ingen procedurer, der skaber kontakt til kunder med høj alder

for at ændre bankens standardopsætning for daglig overførsel. Man siger blot, at banken aldrig kontakter kunden for at flytte penge. Hvorfor er der ikke en knap, så man f.eks. kan nedsætte den daglige overførsel til f.eks. 25.000 kr. Hvis man ønsker at forhøje beløbet igen, skal der måske gå et antal timer, eller banken skal kontaktes.

Denne lille facilitet ville måske spare mange af de 1845 ældre, der har mistet hele deres opsparing. Hvis du bliver bedraget, taber dit Dankort skal du straks kontakte din bank for at få stoppet kontoen. Husk også at anmelde bedrageri og uretmæssig hævning af beløb på dine konti til politiet.

Kontakt din bank og få nedsat beløbsgrænsen for daglig overførsel, hvis du føler dig utryg.

Per Billesø

VÆRLØSE AUTO SERVICE



Dansk Bilbrancheråd

P. BOE NIELSEN

Kirke Værløsevej 10

Tlf. 44 48 03 32

ALT I AUTOREPARATION



EXPRESS

Pladearbejde - Forsikringskader - Kiosk - Tilbehør - Benzin - Olie

Socialhumanitære aktiviteter

<i>Aktiviteter</i>	<i>Aktivitetsledere</i>
Bankovenner (Ryetbo)	Anne Andersen, tlf. 5195 0423
Besøgs- og gåvenner	Mona Rosenberger, tlf. 3120 3020
Bisiddere	Kathrine Lindbæk, tlf. 5178 5258
Børnehavenvenner/Generationsmøder	Kirsten Fuursted, tlf. 5186 0325
Demenspårørende	Connie Dalsgaard, tlf. 5135 6278
Hjælpende hænder	John Friis-Jensen, tlf. 2031 3627 Kirsten Fuursted, tlf. 5186 0325
Seniorvejledning	Kathrine Lindbæk, tlf. 5178 5258
Sorg- og livsmodsamtaler	Connie Dalsgaard, tlf. 5135 6278
Søndagscafé	Hanne Svanholm, tlf. 2464 6619
Vågetjenesten	Henning Rostung tlf. 2331 8780

Kan du se fornuften...



... i at få ordentlig vejledning, god kvalitet og fleksible løsninger?

Så kig ind til Værløse Optik. Her er Camilla, Anne, Hanne og Andreas

- 4 faglige kompetente optikere - altid klar til at give dig et optimalt syn!

OPTIK
VERLØSE

Bymidten 108 - 3500 Værløse - Tlf. 44 48 63 33

Besøg os på Facebook og Instagram!



www.vaerloeseoptik.dk

Socialhumanitære aktiviteter

Bankovenner

Der er fuld gang i bankospillet på Ryetbo Plejehjem. Hver torsdag møder fire frivillige op som hjælpere til bankospillet, som ekstra ører og øjne for de beboere der deltager. Efter bankospillet er der fælles kaffe og hyggesnak ved bordene. Vi har lige nu 17 bankovenner. Hvert bankohold møder ca. en gang om måneden efter en uddelt plan. Efter coronaperioden har der ikke været aflysninger til bankospillet fra Plejehjemmets side, det er dejligt. Der kan dog være enkelt bankovenner, der må melde afbud, derfor kunne vi godt bruge et par afløsere. Er det noget for dig, så kontakt Aktivitetsleder Anne Andersen tlf. 5195 0423

Besøgsvenner

En besøgsven er en frivillig i Ældre Sagen, der har tid og lyst til at komme på besøg, gå en tur eller tale i telefon og lytte til den ældre, der selv har ønsket at få en besøgsven. Besøgsvenner er som sagt frivillige i Ældre Sagen, fordi han eller hun også får noget ud af samværet /samtalen kort sagt fordi det er sjovt, lærerigt og livsbekræftende for både dig og din besøgsven at have tid sam-

men. I får en snak over kaffen, går en tur, taler i telefon sammen, læser avis, spiller kort eller hvad I har lyst til. I aftaler selv, hvornår og hvordan I vil mødes. Besøgsfrekvensen er individuel og aftales mellem dig og din besøgsven.

Hvis du er nysgerrig på, om det er noget for dig så kontakt aktivitetsleder Mona Rosenberger tlf. 3120 3020 for nærmere information.

Ældre Sagen i Værløse byder ind til Søndagscafé, for alle.

Kom og hyg dig i Søndagscaféen sammen med andre, som også synes selskab er dejligt.

Det er ikke nødvendigt med tilmelding eller medlemskab, du skal bare møde op i Satelittens lokale 1, søndagene d. 27. august, d. 24. september, d. 29. oktober og d. 26. november kl. 14-16.

I Søndagscaféen er der mulighed for en hyggelig eftermiddag, hvor du sammen med andre nyder dejligt friskbagt hjemmebag med en kop kaffe eller te, en god snak og en mindre aktivitet som I er med til at aftale, ex. en der fortæller

Kom og bliv forkælet med et **SENIOR TILBUD** hos Nail Time



Pedicure + manicure kr. 550,-

Pedicure for fodnegle inkl. fodbad med salt, klip og fil af negle, fjernelse af neglerod, neglebånd og afslutning med lotion.

Manicure for hænder inkl. klip og fil af negle, fjernelse af neglerod og neglebånd og afslutning med neglerodsolie.

Vi tilbyder også neglelakering. Vælg mellem 200 farver.

Nail Time

Bymidten 59 (Strøggade) · 3500 Værløse · Tlf: 50502600 · Book på: nail-time.planway.com
Åbningstider: Mandag-fredag kl. 10-18 — Lørdag kl. 10-15

Socialhumanitære aktiviteter

om en oplevelse, en der læser op eller et spil banko. Hanne Svanholm står igen i år i spidsen for en gruppe frivillige fra Ældre Sagen Værløse, som sørger for et dejligt kaffe/te bord med diverse hjemmebagte lækkerier. Spis hvad du har lyst til for 30kr. pr. person. Kontakt evt. Hanne Svanholm for nærmere information på tlf. 24 64 66 19

Vågetjenesten i Furesø

Tryghed, nærvær og omsorg for døende medborgere i de sidste dage og timer af livet. Det er tilbuddet fra Vågetjenesten i Furesø, som drives af de lokale afdelinger af Ældre Sagen og Røde Kors. Vågerne er til ste-



de på skift i aften- og nattetimerne, hvor de pårørende har behov for hvile eller et pustetur i en svær tid. Vågerne er modne, rolige og erfarne mennesker (M/K). De deltager ikke i plejen af den døende, men er opmærksomme og kan efter behov tilkalde det professionelle personale. Vågetjenesten involveres gennem ledere eller sygeplejersker på plejehjemmene eller af Hjemmesygeplejen i Furesø Kommune. Læs mere på hjemmesiden.

Modtager du Ældre Sagen Værløses NYHEDSMAIL ?

Hvis ikke, går du glip af vigtige oplysninger om nyheder og information om vore aktiviteter og arrangementer. Tilmeld dig nyhedsbrevet, (der bliver udsendt ca. en gang om måneden) på:

www.aeldresagen.dk/vaerloese

Du kan altid afmelde nyhedsbrevet igen



Digitaliseringen er over os. Myndighederne promoverer Danmark som det mest digitaliserede land i verden. Det går hurtigt, for nogle måske for hurtigt. Alt dette kommer med en pris: nye elektroniske dimser, nye apps, nye postsystemer, nye identifikationsmetoder, nye elektroniske fuldmagter. Det er til at blive svedt af og frustreret over.

Men trøst dig, for du kan altid få hjælp i IT-caféen, hvad enten det drejer sig om mobiltelefon, iPad, computer eller andre elektroniske enheder. Det gælder også, hvis du har problemer med elektronisk post, offentlige

systemer, for slet ikke at nævne MitID, som fortsat giver mange borgere problemer.

Du kan blot komme med dine problemer i vores åbningstid tirsdag klokken 14-16. Vi holder til i Satellittens Lokale 1. Medbring det udstyr, du har problemer med samt andet nødvendigt som fx pas og diverse kodeord. Men kom helst senest klokken 15, så vi har god tid til at se på tingene.

Vi holder sommerferie i juli måned, hvorefter vi åbner igen den 1. august. Sidste dag før jul bliver den 19. december, hvorefter vi puster ud til efter nytår. Hvis behovet for hjælp ikke kan

afhjælpes i IT-caféen, så ring til John Storm på telefon 22 98 33 33, så kan der arrangeres et hjemmebesøg. Det kan fx være relevant, hvis det drejer sig om netværk, printer eller stationær pc. Dog ikke tv - det ligger indtil videre uden for vores kompetenceområde.

Vi holder det, vi kalder temadage, hvor vi tager et bestemt emne op, fortæller om det og svarer på spørgsmål, så det er i høj grad deltagerne selv, der bestemmer forløbet. Du kan finde oplysninger om planlagte temadage ved at gå ind på <http://æs.dk/vaerloese> og søge på temadage. Vi orienterer også

om det via lokalafdelingens nyhedsbrev, som du kan tilmelde dig på hjemmesiden nævnt ovenfor. Endvidere melder vi det ud på facebook-gruppen »3500 Værløse« og andre lokale grupper.

Hvis du føler behov for at få et bestemt emne, som vi ikke allerede har tænkt på, behandlet på et temamøde, så kontakt Claus Jensen på telefon 93 84 09 41. Så ser vi på, hvad vi kan gøre ved det.

Vi glæder os til at se dig i IT-caféen og til forhåbentlig at kunne hjælpe dig i den digitale verden.

Claus Jensen og John Storm

VÆRLØSE VVS

v/ Jesper Jensen



TILFREDSE KUNDER ER VORES HELT KLARE MÅL!

Vi påtager os de fleste typer opgaver inden for VVS – både store og små job – i Værløse og omegn.

Vi overholder vores aftaler og kommer til tiden. Tilfredse kunder gennem hele processen er vores drivkraft, uanset opgavens størrelse.

Kontakt os for rådgivning og et skarpt tilbud.

Tlf: 2066 9984 • Email: kontakt@v-vvs.dk • [www: v-vvs.dk](http://www.v-vvs.dk)



Regler for tilmelding til arrangementer

Kun medlemmer af Ældre Sagen kan deltage

Til de fleste arrangementer skal du tilmelde dig online via Hjemmesiden www.aeldresagen.dk/vaerloese Se fremgangsmåden på side 19. Værløses hjemmeside opdateres løbende.

Der betales med dankort eller Mobile Pay ved tilmeldingen. Medlemmer med internetadgang kan få hjælp i IT-cafeen, der har åbent hver tirsdag kl. 14-16. Husk at medbringe medlemskort og Dankort.

Telefonisk tilmelding til arrangøren er kun til de medlemmer, der ikke har adgang til internettet. Betalingen sker i så tilfælde ved overførsel til lokalafdelingens bankkonto 3169-3169007896. Husk at anføre projekt- og medlemsnummer.

Tilmeldingen er bindende. Hvis du bliver forhindret, og der er venteliste, forsøger vi gerne at hjælpe med at afsætte billetten. – Se kontaktinformation for de enkelte arrangører på side 19.

I de tilfælde at der er en teknisk arrangør (rejser, højskole) der står for arrangementet gælder dennes regler for afbud.

Ristorante Atlantico

Din lokale familierestaurant



Selskaber • Fødselsdage • Familiemiddage mm..

Kig forbi eller kontakt os for et uforpligtende tilbud
så vi kan skræddersy det lige til dit behov.

Bymidten 11, 3500 Værløse • www.atlantico.dk • tel: **44471727**

Velkommen til sæsonen 2. halvår 2023.

Arrangementsgruppen præsenterer et bredt udvalg af aktiviteter, som vi håber der vil falde i medlemmernes smag.

Vi har igen til denne sæson aftalt med flere gode, kendte foredragsholdere,

Dejlige udlandsrejser, Spændende byvandring, Kunstudstilling, Biografforestillinger, Julearrangementer mm.

Vi havde i 1. halvår en dejlig oplevelse med en Svensk Kabaret. Sang og musik er altid med til at sætte humøret en tand i vejret. Vi vil fortsætte i andet halvår med flere musikalske arrangementer, håber de falder i medlemmernes smag!

Der er 22 arrangementer, så vi håber at der er noget for alle, og vi kan få nogle gode timer sammen.

Det er en god ide at tilmelde sig hurtigt, vor erfaring er, at flere arrangementer hurtigt bliver udsolgt.

Arrangementsgruppen består af:

Formand

Mogens Dalsgaard mail:

mogensdalsgaard@outlook.dk

tlf. 21276212

Lene Christensen:

lchriste@mail.dk:

tlf. 21157374

Jan Brünings:

mail: jan.brunings@gmail.com

tlf. 20206585

Kirsten Dahl Vester:

mail: dallvester@gmail.com

tlf. 41980988

Birthe Olesen:

mail: birtheolesen@gmail.com

tlf. 44485014

Knud Vedel:

mail: vedel1@yahoo.dk

tlf: 20355706

Henning Rostung:

mail: rostung@gmail.com

tlf. 23318780

Disse kontakter bedes benyttet ved eventuelle afbud.

Hvis du ikke har internetadgang, eller har problemer med at håndtere tilmeldingerne, er du velkommen til at ringe til den arrangør, som står for arrangementet.





Restaurant
5055 0444



*Hold festen på
Restaurant Furesøbad*

7030 0708

*Vi har rammen,
sammen skaber vi jeres dag*



*Skal I fejre Jeres bryllupsdag,
fødselsdag, eller samle familie
og venner til fest, så lad os
hjælpe jer med at
planlægningen.*

Vi ses på Furesøbad

FURESØBAD

Selskaber • À la carte • Konference • Events

Frederiksborgvej 101 • 3500 Værløse • 7030 0708 • info@furesoebad.dk • furesoebad.dk


Vejledning i anvendelse af Bookingsystemet

Til de fleste af arrangementerne og de betalbare motionshold skal du tilmelde dig online via www.aeldresagen.dk/vaerloese.

Sådan gør du:

- 1) Du skal bruge dit medlemsnummer, din fødselsdato og evt. VISA/Dankort.
OBS. Du skal være registreret i Ældre Sagen med fødselsdato og e-mail.
Kontakt Ældre Sagen på tlf. 3396 8689 for evt. at rette dine oplysninger.
- 2) Åbn vores hjemmeside: aeldresagen.dk/vaerloese



- 3) Find det arrangement eller hold, du ønsker at deltage i, og klik på det.
- 4) Klik på  **Tilmeld**
Er der ingen tilmeldingsknap, kan du læse i omtalen, hvordan du så tilmelder dig.
- 5) Nu åbnes et nyt vindue, og du følger blot instruktionerne trin for trin:



Du får en bekræftelse på din tilmelding via e-mail.

Fordelene ved at tage med Ældre Sagen Værløse på Rejser og ture.

Alle rejser og ture begynder og slutter i Værløse. Der er altid turhjelper med, det giver tryghed. Vær sammen med andre, der bor i nærheden af dig, og få oplevelser sammen, det skaber nye kontakter. Altid et godt program og en god pris. Stor erfaring fra mange succesfulde oplevelser.

Kalender

Tilmelding Side

9/8 onsdag	Mosedede Fort med frokost	2/6	21
17/8 torsdag	Voldparkerne - Østerport-Jarmers Pl.	2/6	23
20-24/8	Øland - Gotland	2/6	24
26-27/8	Dametour til Bornholm	2/6	26
4/9 mandag	Flyvestationen før og nu fremtiden	2/6	27
11/9 mandag	Kgl. Teater gl. scene rundvisning	2/6	32
26/9 tirsdag	Bio Victor mod verden	2/6	29
25/9-2/10	Sydfrankrig	2/6	30
5/10 torsdag	De første mennesker på Furesøegnen	2/6	33
12/10 torsd.	Morten fra Badehotellet	2/6	35
23-28/10	Rhinen (Rüdesheim)	2/6	36
29/10 søndag	Jan Larsen Kina	2/6	38
31/10 tirsdag	Jagtsæson 2	2/8	39
7/11 tirsdag	Ordrupgård Ancher i kunsten og livet	2/8	40
9/11 torsdag	Christiansborg (gobelin) og frokost	2/8	41
16/11 torsd	Jazz med 2	2/8	42
19/11 søndag	Sangcafé med Knud Vedel	2/8	43
20/11 mand	Østre Landsret (gentagelse)	2/8	44
23/11 torsd	Samuel Rachlin, Rusland	2/8	45
6/12 onsdag	Rejsemøde	2/6	46
4/12 mandag	Juletur Tisvilde Højskole	2/8	47
13/12 onsdag	Byvandring Jul i København	2/8	48

Hvis vi ser os nødsaget til at aflyse et arrangement tilbagebetales det indbetalte beløb. Hvis det er en teknisk arrangør (rejser, højskole), der står for arrangementet, gælder dennes regler for tilbagebetaling.

Arrangementer

2. halvår 2023

August *Tur til Mosede Fort og Havn*

Onsdag den 9. august kl. 11.00

Museet på Mosede Fort byder på en rejse 100 år tilbage i tiden, hvor verdenskrigen rasede rundt om Danmark. Vi får en kyndig rundvisning i udstillingen ”På kanten af krig – neutralitet mellem krig og velfærd”.

Vi er i årene 1914-18 og skal på

opdagelse i de mange overraskende historier. Vi bliver suget ind i en tid, hvor Danmark er på kanten af krig. Danmark må kæmpe for sin neutralitet og for ikke at blive revet med i krigen. Der bliver gravet skyttegrave, lagt miner ud og ydet humanitær indsats. Den danske velfærdsstat bliver født, da politikerne forsøger at holde befolkningen samlet, mens gullaschbaroner tjener styrtende med penge på krigen.

Museet er indrettet efter den moderne metode, hvor kedelige



udstillingsmontrer er afløst af en vedkommende og spændende præsentation af relevante genstande og oplysninger.

Mosedede Fort blev opført 1913-16 som en del af Københavns kystbefæstning. Formålet var at forhindre en fjendtlig landgang ved Køge Bugt. Fortet var bemannet med kystartillerister til 1922 og fungerede som kystbatteri. I årene 1940-45 brugte den tyske besættelsesmagt fortet som observationspost og fangelejr. Efter krigen var det interneringslejr til 1947. Derefter blev fortet brugt af Hjemmeværnet til øvelser og prøveskydninger indtil 1970.

Efter rundvisningen i og omkring Mosede Fort går vi langs stranden (Køge Bugt) til Mosede Havn, hvor vi får en lækker frokost hos restaurant Jenners Seaside – lige ved havnen og kysten.

Pris: 310 kr. inkl. entré, rundvisning og frokost.

Mødetid: kl. 11.00 foran Mosede Fort, Mosede Strandvej 87 A, Greve. Der er gode parkeringsforhold lige foran fortet. De, som vil følges ad, kører kl. 9.45 fra Værløse Station.

Tilmelding: fra den 2. juni kl. 9.00.

www.aeldresagen.dk/vaerloese

Arrangør: Henning Rostung

OPLEVER DU DIT LIV SOM TUNGT OG UOVERKOMMELIGT ?

Er du ramt af ensomhed og mangler livsglæde?



JEG TILBYDER

Hjemmeservice, omsorgs- og tryghedsbesøg: fleksibel og omsorgsfuld hjælp i din hverdag, hvor jeg støtter dig med de daglige, praktiske opgaver og hvor jeg tilbyder et åbent sind og et åbent hjerte over for dine bekymringer og problemer.

Kontakt mig allerede i dag for en uforpligtende samtale

www.angelservice.dk

Angelika Rasmussen-Länzlinger

Telefon 21 53 29 84

August

Byvandring: Københavns voldparker

*Torsdag den 17. august kl.
10.00*

I slutningen af 1800-tallet omfattede Københavns befæstning både søforter og på landsiden et kæmpe voldanlæg. I dag er voldene grønne åndehuller i storbyen. Vores guide udpeger og fortæller om udvalgte seværdigheder langs ruten på ca. 3 km.

Gennem 1900-tallet voksede hovedstaden ud over voldene, som blev omdannet til parker. Voldgravene blev til søer.

Vi begynder vandringen ved den nyligt renoverede Østerport Station. Derefter går vi igennem parkerne, som tidligere var volde og voldgrave, og som ligger som perler på en snor. Først Østre Anlæg. Så rundt om byggepladsen for det kommende naturhistoriske museum og ind i Botanisk Have. Derpå kommer vi gennem bymæssig bebyggelse til Torvehallerne og den store, omlagte Israels Plads. Turen fortsætter derefter ind gennem Ørstedsparken og slutter ved Jarmers Plads.

Undervejs hører vi om udvalgte seværdigheder på ruten. Der bliver lejlighed til at kigge lidt



til siderne: Statens Museum for Kunst, Den Hirschsprungske Samling, Rosenborg, Livgardens Kaserne, Arbejdermuseet, Zahles Skole, Realdania mm.

Vores guide er Lars Hermann, kendt og anerkendt fra tidligere byvandring for Ældre Sagen. Vi runder turen af med godt dansk smørrebrød på den navnkundige restaurant Axeltorv Bodega.

Pris: 330 kr. inkl. frokost (150 kr. ekskl. frokost).

Mødetid: Kl. 10.00.

Mødested: Østerport Station, på gaden foran stationsbygningen (Oslo Plads).

Deltagere, som vil følges ad til København, tager fra Værløse St. kl. 9.25.

Byvandringen varer godt to timer. Den er på omkring 3 km og er derfor ikke egnet for gangbesværede.

Tilmelding: fra den 2.juni kl. 9.00.

www.aeldresagen.dk/vaerloese.

*Arrangør og turlleder:
Henning Rostung i samarbejde
med Lars Hermann*

August

Rejse til Kalmar, Øland og Gotland

Søndag den 20.-torsdag den 24. august.



Tag med til store oplevelser på de svenske øer.

Gotland er Sveriges største ø på 3000 km² og Øland den næststørste på 1350 km²

Begge øer har en fantastisk natur og en meget interessant historie, men de er meget forskellige.

Først besøger vi Kalmar og nordens bedst bevarede renæssanceslot fra 1540.

Vi kommer på en dejlig tur på Øland, der er optaget på UNESCO's liste over verdenskulturnarv, hovedsagelig p.g.a. den store kalkstenslette Store Alvaret, der er et meget unikt syn, og det rige fugle- og blomsterliv.

Færgen sejler fra Oskarshamn til Gotland, hvor vi skal opleve denne interessante ø, herunder Visby med skønne naturomgivelser.

Vi skal gå på opdagelse i selve byen med den 3,5 km lange velbevarede bymur. Vi kommer på en skøn rundtur både på nord- og sydøen. Visby er også optaget på UNESCO's liste over verdenskulturnarv, og den var en af de vigtigste byer i Hansaforbundet.

I 1361 blev øen erobret af den danske konge Valdemar Atterdag. Den har haft en meget omtumlet historie.

Se hele programmet på vor hjemmeside www.aeldresagen.dk/vaerloese.

Pris: 6799 kr. pr. person i delt dobbeltværelse, enkeltværelsestillæg 999 kr.

Prisen inkluderer:

Kørsel med 4 stjerneturistbus inkl. broafgift og færgefart.

Dansk rejseleder på hele turen og turhjælpere fra Ældre Sagen.

4 overnatninger på gode Best Western hoteller i Kalmar og Visby.

4 aftensmad, 2 frokostpakker dag 2 og 4, kaffe og brød dag 1, aftensmad på færgen dag 5.

Entre til Kalmar Slot.

Tilmelding: den 1. juni kl. 14.00 på vort rejsemøde i Satellitten. Husk tilmelding til mødet.



Eller fra d. 2. juni pr. mail mogensdalsgaard@outlook.dk tlf. 2127 6212.

Arrangør: Vikingebus Rejser, rejsegarantifond nr. 3402.

Turhjælper: Connie og Mogens Dalsgaard

ADVOKATBISTAND

Testamenter

Skiftesager

Fuldmagter

Ring og bestil en tid hos os

TLF 44 48 11 00



Advokat Ulrik Møller (H)

Autoriseret bobestyrer

Certificeret BOLIGadvokat

ADVOKATFIRMAET ULRIK MØLLER

Bymidten 36D, 3500 Værløse

www.ulrikmoller.dk



August Dametur til Bornholm

Nordag den 26.-søndag den 27. august

Tag med på vor hyggelige og traditionsrige tøsetur, hvor damerne er i centrum.

Højdepunkterne er mange. Vi skal bl.a. besøge den over 150 år gamle keramikfabrik Hjoths og Vang granitbrud, som ligger meget smukt, og som har leveret granit til Storebæltsbroen. Vi besøger Svaneke med tid på egen hånd. Vor traditionsrige shopping går denne gang til Butik Stæremose . Besøg ved Dueodde Fyr, Glaskunst hos Lili i hendes store butik, Almindingen, hvor vi skal se efter bisonokser, Østerlars Rundkirke, og meget mere. Turen er spækket med oplevelser.

Se hele programmet på vor hjemmeside: www.aeldresagen.dk/vaerloese.

Pris: 2650 kr. pr. person i dobbeltværelse, enkeltværelsestilæg 400 kr.

Prisen inkluderer:

Bus i to dage inkl. broafgift og færge til Bornholm.

Overnatning på Hotel Balka Strand med aftensmad og morgenmad.

Let morgenmad på færgen, frokost dag 1 og 2.

Entre til: Hjorts Keramik, NaturBornholm, Østerlars Rundkirke.

Alle oplevelser som beskrevet i programmet.

Chauffør som rejseleder, lokalguide på Bornholm. Turhjælpere fra Ældre Sagen:

Tilmelding: på rejsemødet den 1. juni kl.14.00 i Satellitten.

eller pr. mail fra den 2. juni conniedalsgaard@privat.dk eller tlf. 5135 6278.

Arrangør: Amazing Tours,

Rejsegarantifond 2824

Turhjælpere fra Ældre Sagen:

Connie Dalsgaard

og Sonja Skov

September

Flyvestationen før, nu og i fremtiden

*Mandag den 4. september
kl. 10.00*

Kom med, når Café Shelter 214 på Værløse Flyvestation byder indenfor til et spændende foredrag om flyvestationens historie og fremtid. Det, der før var afspærret og fyldt med højteknologisk udstyr, er nu et rekreativt område fyldt med aktiviteter.

Hvordan ser fremtiden ud i en tid med krig i Europa?

Kom og bliv klogere på flyvesta-



tionen og nyd de unikke omgivelser og de gode serveringer, der tilbydes på dagen.

Programmet starter kl. 10.00 med kaffe og rundstykke. Efter rundvisningen i nærområdet vil foredraget om flyvestationen blive afholdt, og til sidst er der 2 håndmadder og et stykke kage til frokost.

Efter frokost er der mulighed for at blive i Shelter 214 og hygge sig.

Pris: 150 Kr.

Adressen er Sandet 77 med parkering på P-pladsen Sandet. Derfra er der kun ca. 200 m til Shelter 214.

For de medlemmer, der ikke har køreledighed, arrangeres der transport fra Museet Mosegården, Skovgårds Alle 37.

Tilmelding: fra den 2. juni,

www.aeldresagen.dk/vaerloese

Arrangør: Mogens Dalsgaard

SVANEMÆRKET
Restaurant
0050 0444

SPIS UDE -
MANDAG TIL FREDAG

RESTAURANT
FURESØBAD

Benyt Ældre Sagens tilbud
Spar 25% på maden

FURESØBAD
Selskaber • À la carte • Konference • Events
Frederiksborgvej 101 • 3500 Værløse • 7030 0708 • info@furesoebad.dk • furesoebad.dk



Fodfalk

Statsautoriseret fodterapeut

**Dine fødder skal holde resten af livet
Book en tid til fodbehandling i dag.**



Se priser på hjemmesiden: www.fodfalk.dk

Bestil hos Fodfalk tlf: 61551550.

E-mailadresse: Fodfalk@hotmail.com

Rådhusstorvet 4,1sal, 3520 Farum

Vi har godkendt handicapvenlig adgang, samt elevator.

Vi har aftale med sygeforsikring Danmark og ydernr.

Formiddagsbio: *Viktor mod verden*

Tirsdag den 26. september kl.
10:30

Den danske komedie VIKTOR MOD VERDEN er en stjernebesat ny original dansk komedie, som handler om 30-årige Viktor, der har levet hele sit liv i en beskyttet tilværelse alene med sin nervøse mor. Da hun imidlertid dør, må Viktor nu pludseligt stå på helt egne ben i en ny verden, han ellers har været forskånet for. Han finder nu ud af, at hans far stadig er i live, hvorfor han nu vælger at opsøge ham i København. Her arbejder faren som forsikringsmand i et selskab, der ikke just går strygende.

Viktor viser sig imidlertid at have talent for forsikringer og bliver nu indlemmet af faren som livline i selskabet, mens romantikken lurer på sidelinjer i skikkelse af Josefine.

Det hele går naturligvis ikke helt, som man tror i en fortælling, der har temaer som identitet, ansvar og frihed i morsomt og hjertevarmt spil. Medvirkende: Nicolas Bro, Nicolai Jørgensen, Anna Bruus, Rosalinde Mynster, Bodil Jørgensen, Kurt Ravn og mange flere.

Pris for at se filmen: kr. 55

Film inkl. smørrebrød: kr. 115

Sted: Biografen i Værløse

Tilmelding på hjemmesiden fra 2. juni kl. 9:00.

www.aeldresagen.dk/vaerloese

Arrangør: Kirsten Dall Vester



Forkælelse i Sydfrankrig

25. sept.-2. oktober



Tag med til Occitanien (tidl. Languedoc) og mærk historiens vingesus fra Romerriget til middelalderens imponerende befæstningsanlæg.

Vi har et ophold specifikt i en autentisk fransk landsby for foden af Pyrenæerne. Du og resten af gruppen vil være de eneste på det lille charmerende hotel med dansktalende værter (Gert og Cheri). Det ugelange ophold byder på skønne oplevelser, frisk luft, 'øjenguf' og fællesskab med grin og hygge. Du bor på det charmerende landsbyhotel, i byen Axat med udsigt til de dramatiske bjerge. Alle værelser har eget bad og toilet. Axat har ca. 600 indbyggere. Byen er præget af smalle gader og den brusende flod Aude, som løber et stenkast fra hotellet.

Dag 1. 25. september 2023

Afrejse - Ankomst til Hotel Axat

Fly fra København til Sydfrankrig.

Dag 2. Byen Axat og området omkring os

Vi starter dagen med en lille slentretur i byens smalle gader. Vi oplever sjælen af den lille hyggelige by mens vi hører om dens historie og ser hvor butikkerne er m.v.

Dag 3. La Louviere

Turen går til 'Domaine La Louvière', som er beliggende i den lille landsby Malviès i hjertet af det eksklusive AOP Malepèredistrikt tæt på Limoux. Vinen dyrkes under strenge økologiske metoder og ved manuelt arbejde.

Dag 4. Carcassonne - Europas største fæstningsby byder på oplevelser og frokost

Carcassonne borgen er Une-

sco verdensarv med sine 52 tårne, sine dobbelte borgmure og sit greveslot, der blev bygget i 1200-tallet. Vi dykker ned i byens lange historie og besøger den fantastiske Katedral Basilikaen Saint Nazaire.

Dag 5. Betagende Gorge de Galamus og honningværksted
Vi kører til den forbløffende kløft "Gorge de Galamus" og ser det lille pilgrimkloster St. Antoine-De-Galamus som nærmest klamrer sig til klippeafsatsen. Vi besøger byens honningværksted, hvor det er muligt at smage og købe honning fra blomster, vi ikke kender i Danmark.

Dag 6. Quillan med marked - Château Puivert og badetur
Dagen starter med et kort besøg hos Knud i hans dejlige hus. Knud tager os på en hyggelig gåtur i Quillan, hvor vi besøger det lokale marked og besøger byens borg, hvorfra vi har en flot udsigt. Vi fortsætter til Puivert, hvor vi besøger det smukke gamle slot, som er en del af Catharenes historie.

Dag 7. Bjergluft, himmelske mundfulde og fri leg.

Vi går en smuk tur i de prægtige Pyrenæer, måske er vi heldige at krydse et vildsvin eller få følgeskab af en kongeørn. Turen er på ca 5 km. Når vi har samlet appetit til frokosten, serverer Gert lækkerier i slotshaven.

Gå nu en sidste tur og indsnus den friske bjergluft eller drikke et glas rosé på caféen inden 'Le Chef' præsenterer rejsens sidste aftensmåltid.

Dag 8. 2. oktober: Hjemrejse
Så er det atter tid til at sætte næsen mod Danmark efter en herlig uge.

Pris :Kr. 12.500,- pr. person i delt dobbeltværelse. Tillæg for enkeltværelse kr. 1.500,-. (begrænset antal).

Rejsen omfatter:

Flyrejse t/r København – Frankrig, 20 kg. bagage,
Transfer Lufthavn – Axat t/r og al transport i forbindelse med udflugter,

7 overnatninger på Hotel Axat i værelse med eget bad og toilet,
Alle 7 dage: Stor morgenbuffet, frokost og aften måltider med udvalgte lokale vine og koldt kildevand fra byens kilde. Adgang til te og kaffe hele dagen på hotellet,

Alle udflugter, entrées som beskrevet i programmet samt dansktalende turløder og turhjelper fra Ældre Sagen.

Tilmelding: Fra 1. juni på rejsemødet eller 2. juni på mail: vedel1@yahoo.dk tlf. 20355706

Arrangør: TourCathare, rejsegarantifond 3176

Forbehold for ændringer. Turen gennemføres ved min. 18 deltagere.

Turhjelper: Knud Vedel

September Rundvisning på Kgl. Teater Gl. Scene

*Mandag den 11. september
kl. 11.00*

Kom med på opdagelse på Det Kongelige Teaters Gamle Scene. Oplev den helt særlige stemning, de historiske loftsmalerier, svungne engle og den traditionelle store prismelysekrone i teatersalen.

Kom med bag scenen, hvor sceneteknikken arbejder, og besøg den store skræddersal, hvor eventyrlige kostumer til alle teaterets forestillinger bliver til, og hvor kun fantasien sætter grænser. Vi får også et kig

ind i H.M. Dronning Margrethe 2.s private salon og loge. Rundvisningen tager 75 minutter og gennemføres på kunstens præmisser.

Efter rundvisningen er der mulighed for at følges til en restaurant i nærheden for frokost.

Pris: Rundvisning 100 kr. Rundvisning og frokost 275 kr. (eksklusive drikkevarer).

Mødetid: udenfor det Kgl. Teater, Kongens Nytorv kl. 10.50.

For dem, der vil følges, tager vi toget fra Værløse station kl. 9.56.

Tilmelding: fra den 2. juni kl. 9.00.

www.aeldresagen.dk/vaerloese.dk

Arrangør: Lene Christensen



Oktober

De første mennesker på Furesøegnen

Torsdag den 5. oktober kl. 14.00

Niels Bødker Thomsen fra Historisk Forening har begyndt en foredragsrække om de ældste perioder på Furesøegnen.

Foredraget handler denne gang om jernalderen, der afløser bronzealderen og begynder i Norden omkring år 500 f.v.t. og varer til omkring år 800 e.v.t. Jernalderfolket havde lært at håndtere og forme jernet, og Danmark kunne forsyne sig selv fra mosernes rige forekomster af myremalm.

Mange fantastiske fund fra Furesøegnen vidner om kontakt og udvikling på egnen. Det var i denne periode, måske den mest glansfulde i egnens historie, at der på egnen herskede en lokal fyrste, der allierede sig med andre fyrster i Danmark og Norden. Det var i romersk jernalder, at vores egn fik det navn, vi bruger i dag, Værløseegnen.

Foredraget vil ud fra de mange aktuelle fund af huse, rige grave og offernedlæggelser fortælle om egnens udvikling afhængig af nationale og internationale forhold og om jernalderfolkets



daglige liv på Furesøegnen.

Vi skal møde den sjællandske fyrstedatter, Alugod, og hendes familie. Alugod kom til Furesøegen i forbindelse med en brudealliance, døde meget ung og blev begravet i en egetræskiste nær Kirke Værløse. I graven fandt arkæologerne hendes skelet og et sølvsmykke med navnet Alugod ristet med runer. Med udgangspunkt i Alugods kranie, er der foretaget en rekonstruktion i bronze af den unge kvindes ansigt.

Det er i tankerne på tilsvarende måde at fortælle om vikingetiden og tidlig middelalder på Furesøegnen. Vores område har altid været meget ressourcerigt og hermed til alle tider et godt sted at være.

Pris: 40 kr.

Sted: Satellitten, Bymidten 46.

Tilmelding: fra den 2. juni kl. 9.00.

www.aeldresagen.dk/vaerloese

Arrangør: Mogens Dalsgaard



En smuk afsked er et godt minde

Værløse Begravelsesforretning

Lad os sørge for alt det praktiske uanset om du vælger kirkelig eller borgerlig bisættelse/begravelse



Træffes døgnet rundt på

 4448 4465



Nørreskovvang 55
3500 Værløse
www.begravelse-vaerloese.dk

*3. generation siden 1924
Lotte & Lars Søgaard*

Oktober

Vi får besøg af Morten fra Badehotellet

Torsdag den 12. oktober kl. 14.00 i Satellitten

Kom i godt selskab med Morten fra Badehotellet.

Et spændende og musikalsk foredrag med Morten Hemmingsen fra den succesfulde tv-serie Badehotellet.

I foredraget fortæller Morten om, hvordan serien bliver til. Både med anekdoter fra optagelserne og om karakteren Morten, der går fra husmands-søn over skibsreder til aktiv frihedskæmper.

Undervejs synger Morten nogle af seriens og tidens sange, og vi tager en fælles snak om serien og dens budskaber.

Morten giver sine bud på, hvad der gør Badehotellet til en succes.

Hvordan skaber man en serie, der foregår for 90 år siden?

Hvad der sker bag kameraet på Badehotellet?

Hvordan Morten har fundet frem til "Morten"?

Alt i alt, mød Morten Hemmingsen i en personlig og afslappet atmosfære og nyd et foredrag med flotte billeder og spændende historier fra Badehotellet, krydret med Mortens musik og



smukke sangstemme.

Pris: 95 kr.

Sted: Satellitten, Bymidten 46.

Tilmelding: fra den 2. juni kl. 9.00.

www.aeldresagen.dk/vaerloese

Arrangør: Mogens Dalsgaard

Værløse børneteater

www.vaerloeseborneteater.dk

ET GODT OG BILLIGT TILBUD
TIL BØRN I ALDEREN 4-9 ÅR
OG DERES FAMILIE OG VENNER



Priser for hele sæsonen 2023/2024
til alle forestillinger:

Børn Kr. 200,- for hele sæsonen
Voksne Kr. 250,- for hele sæsonen

30/09 - 2023	Verdens rigeste tosse Med Comedievognen
02/12 - 2023	Nisse Rasmus redder julen Med Louise Schouw teater
27/01 - 2024	Mito & Dito Med Asger ZAP Show Teater
24/02 - 2024	Planken Ud Med Ishøj Teater
16/03 - 2024	Cirkelines Museskole Med Teater Next

Spillested Galaksen, kl. 13.00
Bymidten 48, 3500 Værløse



Oktober

Rejse til Rhinen

Mandag den 23. til lørdag den 28. oktober

Oplev de flotte vinmarker langs Rhinen, de idylliske byer og ikke mindst vinbyen Rüdesheim, hvor vi skal bo.

Vi kører mod Rødby. Efter ankomst til Puttgarden fortsætter vi ned gennem Tyskland. I byen Uelzen stopper vi for at se banegården, som er udsmykket af kunstneren og arkitekten Friedensreich Hundertwasser, der er kendt for sine skæve og ikke mindst farverige værker. Derefter kører vi mod Kassel, hvor vi overnatter.

Næste dag fortsætter vi turen gennem Tyskland til den hyggelige vinby Rüdesheim am Rhein, hvor vi bliver indlogeret på Hotel Rüdesheimer Hof. Det er et pænt familiedrevet hotel, der har modtaget prisen for bedste 3 stjernet hotel i delstaten Hessen.

Alle værelser har bad/toilet, telefon og TV. Hotellet har en hyggelig restaurant med velsmagende mad, gårdhave og elevator.

Vi tilbringer en dag i Rüdesheim og omegn, hvor vi bl.a. skal køre ud i vinmarkerne med Winzerexpress samt se ”Siegfrieds Mekaniske Musik-kabinet”. En byvandring hvor vi vil se de historiske bygninger og høre lidt om byens historie.

Vi skal besøge Niederwald-denkmål, et stort krigsmindesmærke fra krigen mod Frankrig i 1870-71. Herfra skal vi nyde den pragtfulde udsigt over floden. Det kan anbefales at tage svævebanen op over vinmarkerne dertil, men man kan også køre i bussen.

At køre langs Rhinen er en stor oplevelse. Turen går til Kob-

lenz og Deutsches Eck, stedet hvor floderne Mosel og Rhinen løber sammen. Herfra fortsætter vi langs Rhinens største biflod Mosel, til den berømte by Cochem, hvor der er mulighed for vinsmagning og frokost i den hyggelige Schlossbergkeller. Efter frokost fortsætter turen over Hunsrück til Bingen, hvor vi igen krydser Rhinen.

Turens højdepunkt er en pragtfuld sejltur på Rhinen. Vi går ombord og sejler til St. Goarshausen. Undervejs kommer vi forbi en række af de kendte borge langs Rhinen, og får et godt blik mod vinbjergene og de smukke vinbyer. I St. Goarshausen venter bussen, og vi kører nu op på den sagnomspundne klippe Loreley, hvorfra man har en af de mest fantastiske udsigter over Rhinen og skråningerne langs floden.

Efter morgenmaden går turen hjemad. I Nordtyskland holder vi en pause med tid til at købe frokost, inden vi sejler tilbage til Danmark. Hjemkomst ud på aftenen.

Se hele programmet på www.aeldresagen.dk/vaerloese, hvor det også fremgår, hvad der er inkluderet i prisen, bl.a. dansk rejseleder og turhjælpere fra Ældre Sagen.

Pris: 6298 kr., enkeltværelsestillæg 875 kr.

Afgang fra Værløse Station.

Tilmelding: på Rejsemødet den 1. juni kl. 14.00 i Satellitten eller på mail:

jan.brunings@gmail.com eller telefon: 2020 6585 fra den 2. juni kl. 9.00.

Arrangør: Rejseriet Rejsegarantifond nr. 206.

Turhjælpere: Lisa og Jan Brünings



Oktober

Foredrag med Kinaeksperten Jan Larsen

Søndag den 29. oktober kl.
14.00



Udfordringen Kina – for os og de 1,4 milliarder kinesere
Det aktuelle, ambitiøse og underholdende foredrag om dagens Kina. Om de store forandringer i kinesernes hverdag og arbejdsliv, den kommende supermagts svære rolle i verden og overraskende nye sider af samfundet og folket.

Kina fremstiller mange af vores varer, påvirker vores økonomi og tester sin supermagtsstatus, militært og politisk. Mange spørger, skal vi være bange for Kina? Andre undrer sig, er kineserne egentlig lykkelige hjemme i Kina?

Foredraget giver et skarpt billede af det kinesiske samfund. Fra politik, højteknologi til moral og ulighed. Den nu absolutte leder på livstid, Xi Jinping, har fået nye udfordringer i en

periode, hvor landet er kommet i modvind, og den vestlige verden nu betragter Kina som en rival.

I dagligdagen bekymrer kineserne sig om det dyre sundhedsvæsen, et skolesystem, der tærer på familiernes budget, og et arbejdsliv, der bliver mere ekstremt og stresset. For få børn og for mange ældre påvirker samfundet og den traditionelle kultur. Censuren er benhård, og overvågningen er effektiv døgnet rundt.

Mange skævheder i systemet hæmmer udviklingen, hvor ideologi ofte vægtes højere end fakta og hvor korrupsion og nulfejlskultur flourerer. Men også hvordan Kina præsterer imponerende projekter i rummet, under vandet, på skinner og i laboratorierne.

Jan Larsen har i snart tyve år fulgt udviklingen i Kina på tæt hold, heraf seks år som TV-avises korrespondent i Beijing. Med sin store erfaring sætter han den aktuelle udvikling og de kinesiske vaner og uvaner sammen til et ærligt og direkte portræt af Kinas aktuelle udfordringer både ude og hjemme.

Pris: 95 kr.

Sted: Satellitten, Bymidten 46.

Tilmelding: fra den 2. juni kl. 9.00.

www.aeldresagen.dk/Vaerloese

Arrangør: Jan Brünings



Oktober **Formiddagsbio:** **JAGTSÆSON 2**

*Tirsdag den 31. oktober kl.
10.30*

Dansk komedie "JAGTSÆSON 2: I medgang og modgang" er en efterfølger til den populære film JAGTSÆSON fra 2019.

Handling: Eva har mistet sit job, og det kører ikke rigtigt for hende. Til gengæld er Marlene blevet forfremmet, og Bella skal giftes med Evas eksmand, hvilket kun gør det hele værre. Men så åbner Eva muligheden for endelig at få sig et nyt job ved at arrangere Bellas polterabend.

Det bliver på ingen måde den polterabend-weekend, som Bella havde drømt om, og den

ender bogstaveligt talt i bål og brand. Eva må nu kæmpe for at holde sammen på både karriere, kærlighed og venskab i medgang og modgang.

Medvirkende: Mille Dinesen, Stephania Potalivo og Lærke Winther er alle tilbage som vennerne Eva, Bella og Marlene.

Pris: for at se filmen: 55 kr.

Film inkl. smørrebrød: 115 kr.

Sted: Biografen i Værløse.

Tilmelding på hjemmesiden fra den 2. august kl. 9.00.

www.aeldresagen.dk/vaerloese

Arrangør: Kirsten Dall Vester



November

Rundvisning på Ordrupgaard

Ancher i livet og kunsten

Tirsdag den 7. november

Vi besøger Ordrupgaard, hvor vi starter med at spise frokost, og derefter får vi en rundvisning i udstillingen "Ancher i livet og kunsten".

I rækken af udstillinger om kunsthjem sætter Ordrupgaardfokus på kunstnerægtesparret

Anna og Michael Ancher. Det er første gang, at udstillingen omhandler begge kunstnere og det kunstneriske samspil, som fandt sted i det fælles hjem i Skagen.

Indfaldsvinklen for udstillingen bliver det fælles billede "Dagens arbejde bedømmes" (1883, Statens Museum for kunst).

Det viser både i indhold og form resultatet af det daglige kunstneriske parløb. I det hele taget sættes den kunstneriske dialog under luppen, og herved bely-

ses både ligheder og forskelle mellem de to kunstnere.

Pris: Rundvisning 160 kr. Rundvisning og frokost 320 kr.

Tid og sted: Vi mødes ved Ordrupgaard, Vilvordevej 110, Charlottenlund kl. 10.50 med mulighed for samkørsel.

Først spiser vi frokost, og kl.13.00 begynder rundvisningen.

De medlemmer, der ikke har bestilt frokost, behøver først at



møde kl. 12.50.

Tilmelding: fra den 2. august kl. 9.00.

www.aeldresagen.dk/vaerloese

Arrangør: Lene Christensen

November

Besøg Dronningens lokaler på Christiansborg

*Torsdag den 9. november
kl. 10.20*

Rundvisning i repræsentationslokalerne på Borgen, hvor Riddersalen med Bjørn Nørgaards gobeliner er højdepunktet. Derefter en hyggelig, lækker frokost på Restaurant Tivoli-hallen i den indre by.

Vi mødes i Dronningeporten. Rundvisningen begynder i Drabantensalen, hvorefter vi går op ad Kongetrappen til repræsentationslokalerne på første sal. H. M. Dronningen benytter lokalerne ved officielle arrangementer, for eksempel gallamiddage og audienser. Vi går gennem blandt andet Tronsalen, Christian IX's gemak og Fløjls-gemakket.

Rundvisningens højdepunkt er imidlertid ubetinget Riddersalen med kunstneren Bjørn Nørgaards berømte og på én gang smukke og interessante gobeliner, som illustrerer Danmarks historie. Gobelinerne var Dansk Industris gave til Margrethe 2. i anledning af hendes 50 års fødselsdag i 1990.

Vores guide på Slottet er Kirsten Wedgwood, som er selvstændig autoriseret turistfører, og som



har mange års erfaring med rundvisninger i København for udenlandske og danske gæster. Rundvisningen varer omkring halvdanden time og består af at gå/stå og at lytte/kigge. Der er ikke mulighed for at sidde ned undervejs.

Efter rundvisningen går vi langs Ridebanen og over Frederiksholms Kanal til den navnkundige Restaurant Tivolihallen. Her er bordet dækket til en lækker frokostanretning.

Pris: 390 kr. inkl. entré, rundvisning og frokost, (200 kr. ekskl. frokost).

Mødetid: kl. 10.20 i Dronningeporten, Prins Jørgens Gård, Christiansborg. De, som vil følges ad, tager S-toget kl. 9.35 fra Værløse Station.

Tilmelding: fra den 2. august kl. 9.00.

www.aeldresagen.dk/vaerloese.

Arrangør: Henning Rostung

November

Stemmingsmelodier og en god historie med Jazz Med To

*Torsdag den 16. november
kl. 14.00*

Lidt god musik... En koncert med de gode melodier fra dengang.

Tonerne af datidens jazz, viser og sange leveret af Jazz Med To.

Der er rig mulighed for at synge med – og et genhør med blandt andet En lille pige i flade sko, Glemmer du, Alle går rundt og forelsker sig, Mandalay og mange flere stemningsmelodier.

Brian Svendsen spiller klaver og saxofon og Søren Peter Frøsig trompet. De har begge 20 års erfaring og synger og spiller med glæde, engagement og et smil på læben, som helt sikkert bringer humøret et par grader i vejret.

Mellem numrene fortæller Brian og Søren gode historier.

Kort sagt er der lagt op til en rigtig hyggelig musikeftermiddag.

Arrangementet varer til ca. kl. 16.00, og der bliver serveret en forfriskning i pausen.

Pris: 75 kr.

Sted: Satellitten, Bymidten 46.

Tilmelding: fra den 2. august kl. 9.00.

www.aeldresagen.dk/vaerloese

Arrangør: Mogens Dalsgaard



November Nyhed! Sangcafé



Søndag den 19. november
kl. 14.00

Ældre Sagen Værløse starter en ny aktivitet, en sangcafé. Her synger vi fra højskolesangbogen, og Dot Hurvig spiller på klaveret. Vi skal hygge os med vin, kaffe eller lignende. Få eventuelle nyheder fra Ældre Sagen, og hør et interessant foredrag. Vi skal have et par hyggelige timer sammen. Til denne første Sangcafé kommer en kendt person fra Værløse, nemlig Knud Vedel, som vil fortælle om sine oplevelser i Chicago, hvor han har boet i fem år.

Knud anser Chicago som sin anden hjemby. Vi skal høre om byens befolkning og de mange kulturelle tilbud. Se billeder af bl.a. de store parker, som er en vigtig del af byen.

Byen er også kendt for den ægte Blues musik, der opstod i spiritus-forbudstiden. I samme periode tjente Al Capone styrende med dollars på at smugle den illegale spiritus rundt i landet. Dette er kun et lille udpluk af, hvad foredraget indeholder.

Pris: 50 kr.

Sted: Satellitten, Bymidten 46.

Tilmelding: Fra den 2. august kl. 9.00.

www.aeldresagen.dk/vaerloese

Arrangør: Mogens Dalsgaard

Chicago - The bean



November

Besøg hos Østre Landsret

*Mandag den 20. november
kl. 10.45*

Vi besøger Østre Landsret i deres nye bygning i Nordhavn og spiser frokost i Rettens café.

Efter en introduktion til Landsretten og strukturen i det danske retsvæsen skal vi se en af retssalene. Derefter bliver der mulighed for at studere bygningen og dens kunstneriske udsmykning på egen hånd. Turen er en gentagelse af et lignende arrangement i januar 2023, som var kraftigt overtegnet.

Østre Landsret er den ene af de to anden instans-retter under Danmarks Domstole og dermed appelinstant for byretterne i Østdanmark (Fyn, Sjælland, Bornholm og omkringliggende øer). Landsretten blev etableret 1919 og har afdelinger i Odense, Nykøbing Falster og Rønne.

Bygningen har et areal på 16.000 m² (ekskl. kælder). Den er tegnet af Henning Larsen Architects og blev taget i brug i februar 2022. Retten havde tidligere til huse i Bredgade 59.

Som afslutning på besøget spiser vi frokost i Landsrettens café. Bagefter er der mulighed for en gåtur på egen hånd i



Nordhavn, som undergår en kraftig forvandling og fornyelse i disse år.

Pris: 120 kr. inkl. frokost.

Mødetid: kl. 10.45 foran Landsretten (ved Sundkrogsgade). Besøgende skal gå igennem en scanner som i lufthavne.

Transport: Der er tog næsten til døren. De, som vil følges ad, kører kl. 9.55 fra Værløse Station. Kører du selv i bil, kan du parkere i et stort P-hus, som er nabo til Landsretten.

Tilmelding: fra den 2. august kl. 9.00.

www.aeldresagen.dk/vaerloese

Arrangør: Henning Rostung



November

Interessant og højaktuelt foredrag med Samuel Rachlin, journalist og forfatter

Torsdag den 23. november kl. 14.00

KRIGEN I UKRAINE - ÅR 2

Samuel Rachlin vender tilbage til Værløse for at samle tråden op fra sit tidligere besøg.

Dengang talte han om krigen i Ukraine, de historiske forudsætninger og relationer mellem Rusland og Ukraine og den politiske og personlige rejse, Vladimir Putin har tilbagelagt, fra han kom til i 1999, til han traf beslutningen om at gå i krig.

Den raser nu på andet år og har udviklet sig til den største krig i Europa siden Anden Verdenskrig. Den har haft meget store omkostninger, ikke kun for Ukraine, men også for Rusland.

De enorme russiske tabstal er allerede større end i alle de andre krige tilsammen siden Anden Verdenskrig.

Samuel vil ajourføre krigens gang, beskrive den politiske og militære udvikling og se på, hvor dramatisk verdenssituationen har forandret sig både for den transatlantiske alliance



og for Ruslands forhold til sin omverden.

Ingen kan i dag forudsige, hvornår man vil nærme sig et slutspil, eller hvordan det vil forme sig. Men man kan med sikkerhed sige, at man vil kunne mærke følgerne i generationer, og at verden aldrig bliver den samme igen.

Pris: 95 kr.

Sted: Satellitten, Bymidten 46.

Tilmelding: fra den 2. august kl.9.00.

www.aeldresagen.dk/Vaerloese

Arrangør: Jan Brünings



Værløse Apotek

Bymidten 13 - 3500 Værløse

Telefon 44 48 22 09

www.vaerloeseapotek.dk

Åbningstider:

Man-fre 9.00-18.00 Lørdag 9.00-14.00

Ældre Sagen i Værløse inviterer til medlemsmøde om rejser og ture i 2024

**Onsdag 6. december kl. 14.00
i Satellitten, Bymidten 46**

Kom og få information om højskolen og de interessante rejser og ture, som vi tilbyder i 2024.

Programmet er følgende:

Kl. 14.00 Velkomst: Mogens Dalsgaard Ældre Sagen Værløse

Kl. 14.10 Præsentation af Højskole forår 2024

Kl. 15.00 Pause

Kl. 15.15 Rejser og ture 2024 første halvår 2024

Mødet forventes afsluttet ca. kl. 16.30

Der serveres en forfriskning i pausen

Bestilling af Højskoleophold kan foretages i pausen og efter mødet.

Bestilling af øvrige rejser efter mødet.

Mødet er gratis, men reservation er nødvendig

Tilmelding på www.aeldresagen.dk/vaerloese

Hvis du ikke har internet, kan du ringe til
Mogens Dalsgaard tlf. 2127 6212.

Ældre  Sagen

December

Juletur til Tisvilde Højskole

Mandag d. 4. december.

Endnu engang skal vi i julestemning på Tisvilde Højskole. Højskolen er fra 1912 og ligger i flot natur næsten ned til vandet.

Vi kører med bus fra Værløse til højskolen, hvor der er julepyntet i de gamle bygninger.

Programmet for dagen vil være:

Kl. 9.45: Afgang fra Værløse med ankomst til højskolen 10.30, hvor højskoleforstander Mogens Johansen tager imod og indleder dagen med musik og sang fra højskolesangbogen.

Kl. 12.00: Stor julefrokost (den moderne) med mange gode retter inkl. risalamande.

Kl. 14.00: Julestuer og/eller guidet rundtur igennem det gamle Tisvildeleje for dem, der ønsker lidt frisk luft og motion.

Kl. 15.00: Kaffe/te æbleskiver, knas, samt musikalsk underholdning med Søren Svagin (piano) og Mogens Johansen (klarinet). De to kendte musikere spiller julemusik og andre klassikere, hvor der også kan synges med.

Mogens Johansen er udover at være højskoleforstander også en meget anerkendt

klarinet- og saxofonspiller i flere forskellige orkestre.

Efter underholdning - og godt mætte! kører bussen os tilbage til Værløse, hvor vi forventer at ankomme kl. ca. 17.

Pris: 495 kr., der inkluderer bus til og fra højskolen samt alle de i programmet nævnte punkter dog ekskl. drikkevarer.

Mødested: Værløse Station kl. 9.45.

Tilmelding: fra den 2. august kl. 9.00.

www.aeldresagen.dk/vaerloese

Arrangør: Mogens Dalsgaard





December *Jul i København* 2023

*Onsdag den 13. december
kl. 10.00*

Vores velkendte og afholdte guide Lars Hermann tager os på en stemningsfuld byvandring med fokus på den tilstundende højtid. Som sidste år, men i en ny del af hovedstaden.

I år begynder vi ved Østerport Station og går derfra via Nyboder, Marmorkirken, Sankt Annæ Plads, Kongens Nytorv, Trinitatis Kirke og Købmagergade til Kultorvet.

Vi går først gennem rolige kvarterer, følger derefter både brede gader og smalle stræder, kigger ind i baggårde og – især mod slutningen – går gennem en af byens shoppinggader. Sikken voldsom trængsel og alarm! Det er koldt, og man må gå sig varm.

Hvis det er muligt på dagen, går vi indenfor i Marmorkirken, som blev indviet 1894, i høj grad finansieret af erhvervsmanden C.F. Tietgen.

Byvandringen slutter på Kultorvet, nær Nørreport. Her runder vi turen af med en god julefrokost på Restaurant Jacobsen.

Byvandringen varer godt to timer. Den er på knap 4 km og er dermed ikke egnet for gangbesværede.

Pris: 300 kr. inkl. frokost, (150 kr. ekskl. frokost).

Mødetid: kl. 10.00.

Mødested: Østerport Station, på gaden foran stationsbygningen.

Deltagere, som vil følges ad til København, tager fra Værløse St. kl. 9.25.

Tilmelding: fra den 2. august kl. 9.00 .

www.aeldresagen.dk/vaerloese.

Arrangør og turleder:

Henning Rostung i samarbejde med Lars Hermann





Rekonvalecenthjemmet 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.

Ældre Sagens tur til Cornwall april

Holdaktiviteter m.m.

Der kan være venteliste på enkelte hold

Motion for hjernen					
Bridge for øvede	Onsdag	13:00-17:00	Satellitten, lok. 4	Ellen Grande	30278184
Bridge for begyndere	Tirsdag	09:30-13:00	Satellitten, lok. 4	Steen Kastberg	30298184
Canasta	Mandag	12:00-16:30	Satellitten, lok. 1	Karin Thorup	22880848
Debatklubben	Mandag	10:00-12:00	Satellitten, lok 5	Sven Mortensen	40238605
Foto- og videehold	Tirsdag	14:00-16:00	Farum. Stien, lok. 7	John Toelhøj	40550141
Frimærker	Mandag 2. og 4. uge	14:00-16:00	Satellitten, lok. 6	Poul Verner Rasmussen	22913459
Herreværelset	Fredag 1.mdr.	12:00-14:00	Satellitten, lok 1	Keld Zülow	51144633
IT cafe	Tirsdag	14:00-16:00	Satellitten, lok 1	Claus Jensen	93840941
Koncertklub	Hverdage	aftales	Privat	Karin Aagesen	40137843
Læsekreds	Mandag ulige uger	10:00-12:00	Værløse Kirke		Henv. 61312245
Strikke og hyggeklub	Torsdag lige uger	10:00-12:00	Satellitten, lok. 5	Kirsten Børsting	60613320
Motion for kroppen					
Bordtennis	Mandag	13:00-15:00	Satellitten, lok. 4	Per Hansen	21705670
Bordtennis	Mandag	15:00-16:30	Satellitten, lok. 4	Per Hansen	21705670
Bowling	Onsdag	14:00-15:00	Cecilies, Hørkær 1, Herlev	Poul Rye	21278716
Cykelturisterne i Furesø	Tirsdag	10:00-12:00	Værløse	Per Billesø	40896400
Konditionstræning for mænd 60+	Tirsdag	10:00-11:00	Satellitten, Salen	Bent Kofod	61459726
Konditionstræning for mænd 60+	Fredag	10:00-11:00	Satellitten, Salen	Bent Kofod	61459726
Les Lanciers	1. tirsdag i mdr.	19:00-21:00	Satellitten, Salen	Ellen Risum	21442526
Naturgruppe	Tirsdag	09:30-11:30	Værløse	Marianne Henney	51559677
Petanque (motions-samarbejdspartner)	Tirsd.,torsd. og søndag	10:00-12:00	Jonstrupvang 150	Erling Brix	51418138
Senior Yoga	Fredag	12:05-13:05	Satellitten, salen	Vivi Fahnøe	23494032
Senior Yoga	Fredag	08:50-09:50	Satellitten, lok. 4	Hanne Olsen	23454518
Senior Yoga	Fredag	10:00-11:00	Satellitten, lok. 4	Hanne Olsen	23454518
Senior Yoga	Fredag	11:10-12:10	Satellitten, lok. 4	Hanne Olsen	23454518

Seniorzumba	Tirsdag	11:00-12:00	Satellitten, Salen	Vivi Fahnøe	23494032
Seniorzumba	Onsdag	11:45-12:45	Satellitten, salen	Winnie Andreassen	31393088
Seniorzumba	Fredag	09:00-10:00	Satellitten, salen	Vivi Fahnøe	23494032
Stavgang	Onsdag	09:30-11:00	Værløse v. Skolekroghuset	Hanne Svanholm	24646619
Stolegymnastik og kaffe	Torsdag	10:00-12:00	Satellitten, lok 4	Jacqueline Fester	30249680
Styrke, balance og fleksibilitet	Mandag	09:00-11.00	Satellitten, lok. 4	Gisela Tolstoy	24214876
Svømning	Tirsdag	07:30-10:00	Værløse svømmehal	Birte Storgaard	20818078
Svømning	Fredag	07:30-10:00	Værløse svømmehal	Birte Storgaard	20818078
Vandregruppe - Søndersø rundt	Fredag	09:30-11:00	P-plads v/Søndersø	ingen	
Varmtvandstræning	Torsdag	20:00-21:00	Værløse svømmehal	Hanna Rübner	61898589
Sprog					
Engelsk for let øvede	Torsdag	08:45-10:15	Satellitten, lok. 2	Lea Skovlund	50498558
Engelsksproget litteratur	Onsdag	10:00-12:00	Værløse kirke	Jane Kristensen	44484756
Fransk for let øvede	Onsdag	10:15-11:45	Værløse Kirke	Anny Kjeldsen	30310857
Fransk, samtalekreds	Mandag	10:00-11:30	Satellitten, lok. 1	Per Duelund	40281092
Fransk, samtalekreds	Tirsdag	12:15-13:45	Satellitten, lok. 1	Helge Christensen	24618068
Spansk for øvede	Mandag lige uger	09:30-11:30	Værløse kirke	Børge Ravn	28832733



Bridge for begyndere

Tirsdage kl. 9:30-13:00
Satellitten lokale 4
Tilmelding: Steen Lohmann
Kastberg, 3029 8184
steenlkastberg@gmail.com
Vi starter et nyt begynderhold
til september. Der er få ledige
pladser



Bridge for øvede

Onsdage kl. 13-17.
Satellitten, lokale 4.
Tilmelding: Ellen Grande, tlf.
3027 8184.
Turneringsbridge, 12 par.
Ønsker du at være substitut,
så hører vi gerne fra dig.
Ingen ledige pladser.



Bordtennis for alle

Mandag kl. 13-15 og 15-16.30
Satellitten lokale 4
Tilmelding på hjemmesiden.
www.aeldresagen.dk/vaerloese.
Holdleder: Per Hansen,
2170 5670



Bowling

Vi bowler hver onsdag kl 14-15
i Cecilie´s Cafe-Bowling-Mini-
golf, Hørkær 1, 2730 Herlev.
Pris: 480 kr. pr. halvår. Vi er 3
om en bane, og vi disponerer
over 12 baner.
Tilmelding: Steen Jakobsen,
2371 0491,
mail: steenjak@privat.dk
Tilmelding og betaling på 480
kr. på hjemmesiden:
www.aeldresagen.dk/vaerloese.



Cykelturist i Furesø

Tirsdag. kl. 10-12
Mødested Bagdør til Satellit-
ten.
Tilmelding på:
www.aeldresagen.dk/vaerloese.



Canasta

Canasta er et spændende og
hyggeligt spil, som kan spilles
af to, tre eller fire personer.
Du behøver ikke kende spillet,
vi skal nok hjælpe dig i gang.
Vi spiller mandag kl. 12-16.30 i
Satellitten, lokale 1.
Karin Thorup, tlf. 2288 0848.
karin.thorup@gmail.com



Debat- klubben

Mandage kl. 10-12
Satellitten, lokale 5.
Hvis du har lyst til at bruge
et par timer på at debattere
mange forskellige emner i
løbet af sæsonen, udvalgt af
deltagerne, på en rolig og sag-
lig måde – så er debatklubben
stedet.
Tilmelding: Sven Mortensen
Tlf. 4023 8605
sven-mortensen@hotmail.com



Engelsk for let øvede

Torsdage kl. 8.45-10.00.

Satellitten, lokale 2.

Du har lært engelsk før, men har et lidt begrænset kendskab til sproget. Du kan forstå dagligdags engelsk i store træk. Fokus på kurset vil være på talefærdighed - at få større sikkerhed når du taler - samt opbygning af ordforråd, i en åben og hyggelig atmosfære.

Tilmelding: Lea Skovlund.

Tlf. 5049 8558.

Venteliste.



Demens-café

Ældre Sagen i Værløse støtter Frivilligcenter Furesøs "Café Husker Du", der er et tilbud om rådgivning og socialt samvær til demente og deres pårørende.

Information om tid og sted fås ved henvendelse til:

Connie Dalsgaard,

tlf. 5135 6278



Engelsk-sproget litteratur

Onsdage kl. 10-12

Værløse Kirke.

Tilmelding: Jane Kristensen

Tlf. 4448 4756.

Venteliste.



Foto- og videehold

Hver tirsdag fra kl. 14-16, Stien, Paltholmterrasserne 1 i Farum, lokale 7.

Vi har det tekniske udstyr, og tilbyder et introduktionskursus. Derefter er der åbent værksted alle ugens dage fra kl. 8-23.

Omsæt papirbilleder, film, dias m.m. til digitale billeder og film.

Holdet er i samarbejde med Ældre Sagen i Farum.

Kontakt John Toelhøj, mail:

john@toelhøj.dk

tlf. 4055 0141.



Fransk for let øvede

Onsdage kl. 10.15-11.45.

Værløse Kirke.

Tilmelding: Anny Kjeldsen.

Tlf. 3031 0857.

Venteliste.



Fransk samtale- kredse

Mandage kl 10-11.30 ved Per
Duelund, Satellitten, lokale 1.

Tilmelding: Per Duelund, tlf.
4028 1092. Venteliste.

Tirsdage kl. 12.15-13.45 ved
Helge Christensen, Satellitten
lokale 1.

Tilmelding: Helge Christen-
sen, tlf. 2461 8068,

Venteliste.



Frimærker

2. og 4. mandag i måneden kl.
14-16 i Satellitten, lokale 6.

Tilmelding: Poul Verner Ras-
mussen, tlf. 8830 8408 ell. 2291
3459



Herre- værelset

Målgruppen, som både omfat-
ter enlige, gifte, ensomme og
alle andre, der ønsker at indgå
i et fællesskab for mænd. Der
drøftes med sildebord med til-
behør samt kaffe.

Første fredag i hver måned kl.
12-14.

Satellitten, Lokale 1.

Tilmelding på hjemmesiden:

www.aeldresagen.dk/vaerloese.

Arrangør: Keld Zylow, tlf. 5114
4633.



Konditions træning for mænd 60+

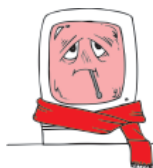
Kom i form til det, du gerne vil
bruge dit liv til.

- Tirsdag kl. 10-11,
- Fredage kl. 10-11,
Satellitten, Salen.

Tilmelding og betaling på 700
kr. på

www.aeldresagen.dk/vaerloese

Yderligere oplysninger fås hos
Bent Kofod, 6145 9726 eller
bent.kofod@mail.dk



IT-Café

Tirsdays kl. 14-16.

Satellit, lokale 1 og lokale 6.

Cafeen er åben for alle - ingen tilmelding.

Indgang fra biografortovet.

Claus Jensen, tlf. 9384 0941



IT hjemmebesøg

Har du IT-problemer, du ikke kan medbringe til IT-caféen, er der mulighed for, at vi kan komme hjem og hjælpe dig.

Ring til John Storm, tlf. 2298 3333.



Koncertklubberne for klassisk musik

Mødes privat (på omgang) til musiknydelse og til fælles koncert- eller operaoplevelser i byen.

Tilmelding: Karin Aagesen, tlf. 4013 7843



Les Lanciers

Vi danser første tirsdag i måneden fra kl. 19 til 21 i Satellitten. Instruktør og holdleder Ellen Risum guider os, og selv om du er ny, skal du nok få det lært. Vi danser lancier og andre lignende danse. Der er plads til flere par, og pt. er der flere damer, der mangler en mandlig partner. Så hvis du er herre og har lyst til at danse, kontakt da gerne holdlederen. Efter ca. 1 times dans holder vi pause med kaffe/the og hyggeligt selskab, og bagefter danser vi igen.

I år tilmelder man sig for hele året (september-maj), og betalingen er kr. 350 til dækning af kaffe/the og søde sager.

Tilmelding og yderligere oplysninger fås hos:

Ellen Risum, tlf. 2144 2526

ellen.risum@gmail.com



Læsekrede

Hver anden mandag kl. 10-12.
Værløse Kirke.

Ny holdleder søges.

Kontakt Elin Damgaard,

tlf. 4447 2246

ed@damgaard-net.dk



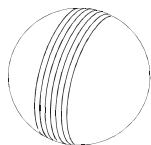
Naturgruppe

Vi mødes hver tirsdag kl. 09.30
til en rask gåtur i Værløses
dejlige natur. Mødestedet kan
oplyses hos nedenstående:

Beth Hippe, 2463 8147 eller

Marianne Henney, 5155 9677.

Turen varer fra 1½ til 2 timer.



Petanque

Vores motionssamarbejdspartner
Jonstrup Petanque Klub
tilbyder denne aktivitet tirsdag,
torsdag og søndag kl. 10-12.
Alle er meget velkomne. Gratis
prøvetime.

Sted: Petanquebanerne, Jon-
strupvangvej 150. Bus 152 lige
til døren.

Kontaktperson: Erling Brix-
Thomsen, tlf. 5141 8138.



ZUMBA® Senior Zumba

Bevægelse for kroppen på fest-
lig vis til glade toner

- Tirsdage kl. 11.00-12.00.

Salen i Satellitten

- Fredage kl. 9.00-10.00.

Salen i Satellitten

Tilmelding og betaling på 700
kr. på

www.aeldresagen.dk/vaerloese

Yderligere oplysninger fås hos
Vivi Fahnøe,

2349 4032 eller e-mail

vivifahnoe@gmail.com

- Onsdage kl. 11.45-12.45.

Salen i Satellitten

Tilmelding og betaling på 700
kr. på

www.aeldresagen.dk/vaerloese

Yderligere oplysninger fås hos
Winnie Andreassen,

3139 3088 eller e-mail

winnieogerik@gmail.com



Spansk øvede stu- diekreds

Hver anden mandag kl. 9.30-11.30. Værløse Kirke.
Tilmelding: Børge Ravn,
tlf. 2883 2733.
Venteliste.



Stavgang

Vi går hver onsdag hele året rundt. Vi mødes 9.30 over for Skolekrogshuset på Frederiksborgvej og går ca. 1½ time i Nørreskoven.
Nærmere oplysninger hos:
Hanne Svanholm, tlf. 2464 6619
mail: hannesv32@gmail.com



Svømning

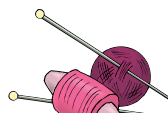
I Værløse svømmehal tilbydes almindelig adgang til en times svømning tirsdag eller fredag kl. 8 eller 9. Start 1/9 indtil 31/5.
Særligt sæsonkort for Ældre-Sagens medlemmer for 529 kr. plus depositum på 50 kr. for armbånd.
Sæson 1/9-23 til 31/5-24.
Tilmelding, fremgangsmåde og

yderligere oplysninger hos Birte Storgaard, mobil 2081 8078, e-mail: birtes3004@gmail.com



Stolegym- nastik og kaffe

Torsdage 10-12
Satellitten, lokale 4.
Orker du ikke de "rigtige" motionshold, er dette hold lige dig! Alle kan være med.
Tilmelding: Jacqueline Fester,
tlf. 3024 9680.



Strikke og hyggeklub

Er du glad for at strikke så tag strikkesøj med. eller bare kom og hygge.
Torsdage i lige uger kl. 10-12
Satellitten, lokale 5.
Kontakt Kirsten Børsting. Tlf. 6061 3320.



Styrke, balance og fleksibilitet i hverdagen

For alle, som i seniorlivet vil bibeholde eller forbedre deres bevægelighed i det daglige liv. Vi træner muskler, og strækker led og bindevæv på en individuelt tilpasset måde, hvor alle kan være med. Delelementer fra pilates, yoga og mobilitets-træning vil blive inddraget, og vi tager hensyn til de enkelte deltageres ønsker og ideer. Vi slutter timen med en dejlig afspænding.

Mandag kl. 09:00-11:00.

Sted: Satellitten, lokale 4.

Tilmelding på hjemmesiden:

www.aeldresagen.dk/vaerloese.

Holdleder Gisela Tolstoy, 2421 4876



SeniorYoga for kvinder og mænd

Blød og blid bevægelse for krop og sind krydret med styrkende øvelser. Vi tager individuelle hensyn, alle kan være med.

- Tirsdage kl. 12.05-13.05.
Salen i Satellitten

Tilmelding og betaling på 700 kr. på

www.aeldresagen.dk/vaerloese

Yderligere oplysninger fås hos Vivi Fahnøe,

23 49 40 32 eller e-mail

vivifahnoe@gmail.com

- Fredage kl. 8.50-9.50 eller 10-11. eller 11.10-12.10.

Satellitten, lokale 4.

Tilmelding og betaling på 650 kr. på

www.aeldresagen.dk/vaerloese

Hanne Olsen, tlf. 2345 4518

hannemarkolsen@yahoo.dk

Vandregruppe - Søndersø rundt

Vi mødes hver fredag kl. 9.30 på parkeringspladsen ved Søndersø på Ballerupvej.

Der er ingen leder på turen.



Varmt- vands- træning

I Værløse svømmehal mødes vi hver torsdag 20-21 til dejlig træning i varmtvandsbassinet.

I pausen nyder vi spabadet og får snakket sammen.

Gratis, dog med depositum på 50 kr. for armbånd.

Tilmelding og yderligere oplysninger hos

Hanna Rübner, 6189 8589

chr.rybner@webspeed.dk

Der er venteliste.



Satellitten, lokale 1, kl. 14-16

Søndag d. 27.august

Søndag d. 24.september

Søndag d. 29.oktober

Søndag d. 26.november

Kom og hyg dig med de andre.

Vi står parate med kaffe og te og har bagt diverse lækkerier.

Pris 30 kr. pr. person.

Tilmelding ikke nødvendig.

Evt. henvendelse: Hanne Svanholm, tlf. 2464 6619.

mail: hannesv32@gmail.com



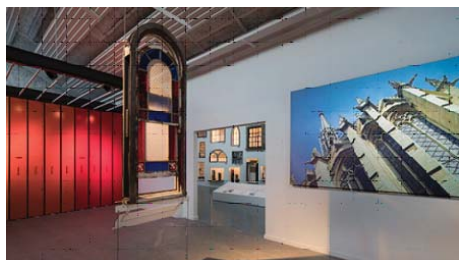
Familiefoto kr. 500
VIP-Foto, tlf. 20355706

Tilbud fra Ældre Sagen i Farum

Vinduesmuseet

Tirsdag den 5. september.

Vi mødes ved Kulturhuset Farum senest kl. 10.00 hvorfra der bliver organiseret egen transport til museet.



Rundvisningen starter kl. 10.30. Adressen er: VILLUM WINDOW COLLECTION, Maskinvej 4, 2860 Søborg.

Fantastisk interessant museum med vinduer fra stenalderen til i dag med tidslinjer og tidstunnel. VILLUM Window Collection dokumenterer og formidler vinduets historie, udvikling og dets betydning for menneskers livskvalitet og adgang til lys, luft og udsyn.

VILLUM Window Collection er opkaldt efter civilingeniør Villum Kann Rasmussen, der er kendt for at have udviklet og produceret VELUX ovenlysvinduet.

I 2015 åbnede VILLUM Window Collection som museum med den nuværende udstilling. Udstillingen blev desuden udvidet med bl.a. historiens ældste vinduer i 2021. Samlingen rummer cirka 300 historiske vinduer fra 1600-tallet

og frem til i dag. Udstillingen er enestående i kraft af den omfattende fysiske samling af tekniske, håndværksmæssige og stilhistoriske eksempler på vinduets udvikling.

Samlingen og udstillingen har til huse på Maskinvej 4 i Søborg, der blev indviet som hovedsæde for VKR Gruppen i 1951. Hovedbygningen er tegnet af arkitekt Dan Fink, og værkstederne er VELKIN haller, der blev udviklet af Villum Kann Rasmussen i 1945 som Danmarks første præfabrikerede modulsystem til industrihaller.

På Maskinvej 4 blev der produceret VELFAC facade-vinduer, tilhører til VELUX ovenlysvinduer samt andre produkter.

Efter rundvisningen spiser vi en lækker frokost på en god café ganske nær ved.

Prisen er 225,- kr. inkl. rundvisning og frokost med en genstand.

Antal : Max. 25

Tilmelding: Sidste frist fredag den 1. september via www.aeldresagen.dk/farum

Arrangør: Claus Seeberg Friis

Telefon: 22797601

Mail: claus@seeberg-friis.dk



Tilbud fra Ældre Sagen i Farum



Vil du med op
at flyve?

Onsdag den 13. september.

Vi mødes på Værløse Flyhistoriske Hangar senest kl. 10.15.

Rundvisningen starter kl. 10.30.

Adressen er: Hangar 2, Helikoptervej 2, Jonstrup, 3500.

Egen transport til mødestedet.

Vi er så heldige her i Furesø, at vi har Flyvestation Værløse, som har været et aktivt hjem for flyvemaskiner fra 1934 til 2004. Tilstedeværelsen af fly på flyvepladsen udgør områdets "sjæl" – og uden stadig tilknytning til og tilstedeværelsen af fly, mister området sin sjæl.

Hangar 2 er hjemsted for et par kampfly fra "Den Kolde Krig", værksted til restaurering og udstilling af museums- og veteranfly.

I løbet af rundvisningen, som varer 1,5 - 2 timer, vil vi få mulighed for at se og høre og ikke mindst stille spørgsmål til vores vidende guide, om en række fly bl.a. Draken, Star-

fighter, F-84, Thunderjet, T-33, T-Bird samt Lynx Helicopter, og af og til har de også en F-16 stående.

Efter rundvisningen spiser vi frokost på Flyvestationen.

Prisen er 210 kr. inkl. rundvisning, frokost med øl/vand.

Max. 40 personer. Vi bliver delt op i mindre grupper på typisk 8-10 deltagere.

Tilmelding: Sidste frist fredag den 1. september via www.aeldresagen.dk/farum

Arrangør: Inger Friis

Tlf. 22797600

Mail: inger@seeberg-friis.dk



Tilbud fra Ældre Sagen i Farum

Heerup Museum

Torsdag den 5. oktober.

Vi mødes 9.00 ved busstoppested Farum Bytorv (lige ud for Kumbelhaven). Vi skal kl. 9.08 med bus S500 og skifte i Glostrup til bus 9A. Rundvisningen starter kl. 11.00. Adressen er: Kirkesvinget 1, 2610 Rødovre.

Kender I Heerups nisser? Hvis ikke, så check lige opslaget på Google: https://da.wikipedia.org/wiki/Henry_Heerup

Vi skal have en omvisning i museet for den internationalt kendte, men lokalt forankrede kunstner Henry Heerup.

Heerup Museum ligger i Rødovregård, som er den sidste gård, der er tilbage af den gamle Rødovre landsby. Gården har tilhørt den samme slægt i næsten 200 år. Siden 1770 har fire generationer ejet gården. Rødovregård indeholder udover museet også et levende aktivitetshus.

Vi vil få indblik i og kendskab til Heerups liv og værk, se eksempler på og høre om Henry Heerups rolle for såvel datidens som nutidens kunst og kultur.

Henry Heerups kunstværker indbefatter blandt meget andet malerier, litografier, stensulpturer, linoleumssnit, tegninger samt de såkaldte »skraldemodeller«, som han komponerede af gammelt skrot og skrammel. Derudover har han skabt en lang række andre værker, heriblandt rumud-



smykninger, gavlmalerier, bestillingskunst, bøger, illustrationer til bøger, logoer, ekslibris, bomærker, plakater og tegninger.

Vi skal se hvad Henry Heerup har skabt, men også ting af billedkunstneren Julie Nord.

Efter rundvisningen spiser vi en lækker frokost ganske nær ved.

Prisen er 225,- kr. inkl. rundvisning, frokost med øl/vand.

Antal: Max. 30

Tilmelding. Sidste frist fredag den 1. september via

www.aeldresagen.dk/farum

Arrangør: Claus Seeberg Friis

Tlf. 22797601

Mail: claus@seeberg-friis.dk

Tilbud fra Ældre Sagen i Farum

Deporteret til Sprogø og Livø

Torsdag 5. oktober kl.
14.00 – 16.00

Sted: Teatersalen i Farum
Kulturhus

Vi skal indføres i et meget aktuelt emne, nemlig om da racehygiejnen foldede sig ud i Danmark i 1900-tallet.

Vores foredragsholder Henning Frandsen ved rigtig meget om det, og han vil fortælle os om perioden fra 1911 til 1961 hvor Livø i Limfjorden husede en ø-anstalt for såkaldt antisociale og kriminelle åndssvage mænd.

Derefter vil han fortælle om perioden fra 1923 til 1961 hvor ”sexuelt løsagtige åndssvage, unge piger og kvinder” kunne risikere at blive deporteret til Sprogø. Praktisk talt alle politikere, fagfolk og meningsdannere frygtede dengang, at Danmark var på vej til at blive oversvømmet af ”undermålere” og ”minusindivider”, fordi arveligt belastede mennesker ganske uhæmmet avlede løs, mens mennesker med ædelt afkom fødte færre børn.

Derfor skulle disse ”minusindivider” forhindres i at få børn, blandt andet gennem internering til Livø og Sprogø, (tvangs-) kastration og sterilisation.

Foredraget dykker ned i udvalgte mænd og kvinders historie og navnlig om deres ophold på Livø

og Sprogø og sætte det ind i en historisk ramme med omtale af bl.a. synet på fysisk og mentalt udviklingshæmmede gennem tiderne, darwinisme, degenerationssteori, racehygiejne og medlidenhedsdrab.

Pris: 80,00 kr.

Antal: Max 75

Tilmelding: Sidste frist 18. september via www.aeldresagen.dk/farum

Arrangør: Birthe Berger

Tlf. 26 16 96 11

Mail: birthe@berger.dk





LokalBolig

Furesø

Bestil en gratis
salgsvurdering –
Ring 44 48 44 22

Mads Østergaard
Indehaver, Ejendomsmægler
& valuar MDE

OPLEV BOLIGSALG MED
PASSION OG ENGAGEMENT



LokalBolig

Furesø Mads Østergaard
furesoe@lokalbolig.dk
Tlf. 44 48 44 22