

Vallensbæk

Information fra lokalbestyrelsen

Ældre @ Sagen



*Yvonne
går catwalk*

August 2023

Foto: Inge Mauritzen



Formanden *har ordet*

Anders Austen Nielsen

Tak til alle frivillige der yder en indsats

Ja, nu har vi afsluttet 1'ste halvdel af vores sæson i 2023, hvor vi har gennemført vores planlagte arrangementer og aktiviteter. I 1'ste halvår af 2023 gik vi også over til at bruge bookingsystemet online til at tilmelde sig og betale arrangementer.

Vi siger nu velkommen til 2. halvår af vores sæson i 2023, hvor vi glæder os til at gennemføre alle de arrangementer og aktiviteter, som I kan læse om inde i bladet.

Indenfor det socialt humanitære område har vi i 1'ste halvår af 2023 haft fuld gang i alle vores aktiviteter indenfor området. Alle aktiviteter indenfor det socialt humanitære område fortsætter i 2. halvår af 2023. Læs mere om dem inde i bladet.

Stor tak til Erna, Bill, Vita, Jette og alle jer frivillige, som leverer arbejdskraft, så vi kan gennemføre ovennævnte aktiviteter og sikre fastholdelse af vores frivillige indenfor området.

Husk vi også tilbyder, at være bisidder i samtaler med læge, hospital, hjemmeplejen, skifteret m.v.

Generationsmøderne indenfor alle områderne, som er læsetanter/onkler, børnehavetanter/onkler og sprogteranter/onkler har ligesom tidligere været i fuld gang i 1'ste halvår af 2023. Inge M., Yvonne og Jerry, som står for generationsmøde aktiviteterne, har gennemført mange aktiviteter for at fastholde alle vores frivillige indenfor områderne. Stor tak for det og til alle tanter og onkler. Generationsmøderne fortsætter også ligesom hidtil i 2. halvår af 2023.

Vores motionstilbud og øvrige tilbud såsom IT-kurser/rådgivning, Engelsk, litteraturgruppen, bridge og whist m.fl. har også været i gang i 1'ste halvår af 2023 og fortsætter i 2. halvår af 2023.

Vi i bestyrelsen og alle vores frivillige glæder sig over, at så mange gør brug af vores tilbud.

I Ældre Sagen og Ældre Sagen Vallensbæk har vi en bred vifte af aktiviteter og ture, som er velbesøgte og som du kan gøre brug af.

Vi i bestyrelsen vil fortsat arbejde på, at vi på alle vigtige poster får indsats stedfortrædere, så vi ikke er så sårbare. I den forbindelse vil vi gerne her eftersøge frivillige, som vil indgå i vores arbejde, så vi kan sikre, at alle vores aktiviteter og tilbud også kan gennemføres og tilbydes i fremtiden.

Jeg vil takke alle i bestyrelsen og alle vores frivillige, som yder en stor indsats, og som er dem, der gør det muligt, at vi kan tilbyde en så bred vifte af forskellige tilbud, som beskrevet ovenfor og inde i bladet. Så grib chancen og tilmeld jer vores arrangementer.

God fornøjelse



Nyt fra kassereren

Else Kock Christensen

Bowlingcenteret i Glostrup lukker

Bowlingcenteret i Glostrup lukker, så vi har indgået kontrakt med et sted vi kan bowle. Det bliver Rødovre Bowlingcenter, Rødovre Centrum 99. Tidspunktet er fortsat det samme, nemlig onsdage klokken 14-16 fra september til og med maj måned (dog ikke på helligdage).

Når den nye sæson starter vil vi samtidig gå over til tilmelding og betaling via hjemmesiden:

Aldresagen.dk/Vallensbæk for bowlingspillere, ligesom tilmelding til alle andre aktiviteter.

Efter 7. august vil bowlingaktiviteten ligge klar til at modtage tilmeldinger.

Første rate bliver på 1.000 kroner og dækker perioden september til og med december 2023. Anden rate bliver på 1.250 kroner og tilmeldes i januar 2024 og dækker perioden januar 2024 - maj 2024. Det er en månedlig betaling på 250 kroner.

Den arrangementsansvarlige er fortsat **Jens Gert Andersen, tlf. 2691 4583**, han vil hjælpe, hvis bowlingspillere er i

tvivl med tilmeldingsprocessen.

Vel mødt til den nye sæson i Rødovre Bowlingcenter.

Gå trygt ind på hjemmesiden - kig dig omkring og find alle vores arrangementer.

Det vil fremgå af beskrivelsen for arrangementet, hvordan du tilmelder dig og betaler for arrangementet.

Se under det enkelte arrangement hvornår der åbnes for tilmelding.

Flere detaljer om, hvordan man helt præcist bruger systemet, er beskrevet på side 25.

Vi opfordrer vore medlemmer til at hjælpe de medlemmer, hvor PC og Tablet fortsat ikke er en del af dagligdagen. Bestyrelsen vil også hjælpe med tilmeldingsprocedure for det skal fortsat være muligt for alle wat komme med på vores ture og arrangementer.

aldresagen.dk/vallensbæk



Influenza- vaccination

Så er der gode nyheder – ”Danske Lægers Vaccination” vaccinerer igen til efteråret. Danske Lægers Vaccination har nemlig muligheden for at fortsætte samarbejdet med Gentofte/Herlev hospital, hvor vi kan vaccinere borgere fra 65 år og opefter, i forbindelse med et forskningsprojekt.

I projektet undersøges det om en højdosis influenzavaccine, kan føre til færre indlæggelser. Det er et randomiseret forsøg, hvor halvdelen af deltagerne vil modtage en standard dosis influenzavaccine og den anden halvdel vil modtage en højdosis influenzavaccination.



Tidsrum, borgerne vil kunne blive vaccineret

Dato: Fredag d. 13. oktober 2023.

Tidsrum: 08:30 - 17:00 (Pause 12:00 - 12:30).

Sted: Korsagergård, Vejlegårdsvej 121, 2625 Vallensbæk.
Samarbejdspartner: Lokalbestyrelsen for Ældre Sagen i Vallensbæk.



Man vil, på selve vaccinationsdagen, blive informeret om, hvilken vaccine man er blevet randomiseret til. Hvis det, fra myndighedernes side besluttes, at der desuden skal vaccineres mod Covid19, vil det også være muligt at få denne vaccination samtidig.

Hvis du vil læse yderligere angående forskningsprojektet, kan du se mere om projektet på følgende link:
<https://www.minvaccination.dk/forskningsprojekt/>

I august måned, vil Gentofte/Herlev Hospital sende et e-boks-brev, til alle borgere fra 65 år, og tilbyde dem muligheden for at deltage i projektet. Der er ikke nogen krav for deltagelse, udover at man skal have læst information forinden og bestilt tid til vaccination.

Hvordan man bestiller tid vil fremgå af det brev, som Gentofte/Herlev hospital sender ud.

Kryds af på huskelisten - efterår 2023

Dato	Arrangement	Nr.	Side	X
30. august 2023	Rundvisning Diakonissestiftelsen.	348	5	<input type="checkbox"/>
8. oktober 2023	Modeshow hos modebutikken Charlotte F i Albertslund Centeret.	339	5	<input type="checkbox"/>
11. oktober 2023	Rundvisning på Bellevue teater	346	6	<input type="checkbox"/>
8. nov. 2023	Banko	349	7	<input type="checkbox"/>
11. nov. 2023	Danmark Spiser Sammen (DSS)	DSS	9	<input type="checkbox"/>
23. januar 2024	Nytårsfest	350	11	<input type="checkbox"/>

Rundvisning: Diakonisse- stiftelsen

Sæt  i din kalender

Arrangement: 348.

Onsdag den 30. august 2023

kl. 10:30

Forventet slut tid kl. 14.30.

Mødested: Peter Bangs Vej 5 B,
2000 Frederiksberg

Tag med på en spændende historisk tur rundt i de 150 år gamle imponerende bygninger.

I kommer med bag kulissen og se det hele indefra – hvordan de gamle diakonisser boede, den nyrenoverede kirke og alterbrødsbageriet, hvor der daglig bages ca. 20.000 stk. alterbrød.



Vi slutter af med en frokost incl. 1 øl/vand i de skønne lokaler.

- Turen er ikke for gangbesværede, da der er flere trapper.
- Pris medlemmer: kr. 190,-
- Pris ikke medlemmer: kr. 230,-

- Tilmelding og betaling online via hjemmesiden fra 7. august 2023 og senest 23. august 2023.

Arrangementsansvarlig:
Ole Løndal, telefon 5362 2625.

Modeshow hos tøjbutikken Charlotte F

Sæt  i din kalender

Arrangement: 347.

Søndag den 8. oktober 2023

kl. 14.00.

Forventet sluttid: kl. 17.00.

Mødested: Tøjbutik Charlotte F,
Albertslund C. Bytorvet 17,
2620 Albertslund.

Ældre Sagen afholder igen modeshow hos tøjbutikken Charlotte F. I får set efterårs- og vintertøj 2023/2024. Man sidder i butikken, og efter modeshowet kan man gå rundt og vælge tøj,

som man vil prøve og evt. købe. Vi byder på vin, vand og lidt godt til ganen undervejs.

Plads til max 40 gæster.

- Pris medlemmer kr. 50,-
- Pris ikke medlemmer kr. 60,-

- Tilmelding og betaling online via hjemmesiden fra 7. august 2023 og senest 26. september.

Arrangementsansvarlig:
Inge Mauritzen, telefon 2096 3090.

Rundvisning på Bellevue Teater



Arrangement: 346.

Onsdag den 11. oktober 2023

kl. 11.00.

Forventet slut tid kl. 13.30.

Mødested: Bellevue Teatret,

Strandvejen 451,

2930 Klampenborg.



Bellevue Teatret er et teater på Strandvejen i Klampenborg nord for København. Teatret er tegnet af Arne Jacobsen i funktionalistisk stil og er ud over at være et af hans hovedværker samtidig et af de fornemste eksempler på Bauhaus-arkitektur herhjemme. Bygningen blev fredet af Kulturarvsstyrelsen i 1988. En større istandsættelse blev gennemført i perioden maj 2001 til maj 2002.

Bellevue Teatret blev indviet i juni 1936 som et sommerteater, hvilket ses ved det blå- og hvid-

stribede lærred på væggene, ligesom scene og balkoner er beklædt med bambus. Taget over teatersalen kan skydes til side.

Efter rundvisningen spiser vi en let frokost på selve teatret bestående af 3 stykker smørrebrød plus et glas øl/vin/vand.

Min. antal: 10 personer

Max. antal: 40-50 personer

■ Pris medlemmer kr. 225,00

■ Pris ikke medlemmer: kr. 275,00

■ Tilmelding og betaling online via hjemmeside fra 7. august 2023 og senest 31. august 2023.

Arrangementsansvarlig: Friederike
Wenning, tlf. 2027 0907.

Vi søger instruktører til stolegymnastik på Rønnebækhus, såvel afløsere som faste

Ældre Sagen afholder stolegymnastik på Rønnebækhus hver mandag kl. 10.00 – 11.00.

Vi søger faste instruktører, som kan indgå i en fast turnus sammen med de nuværende instruktører.

Vi sørger for, at du bliver uddannet i at være instruktør.

Vi søger også afløsere, som kan tilkaldes ad hoc eller også indgå i en turnusordning med de faste instruktører.

**Er du interesseret og gerne vil høre nærmere, kan du ringe til
Lilian Ho-Lang på telefon 2123 8298.**

Årets festlige Bankospil

Arrangement: 349

Onsdag den 8. november 2023
kl. 19.00

Forventet sluttid: kl. 22.00

**Mødested: Korsagergård, Vejle-
gårdsvej 121, 2625 Vallensbæk.**

Så indbyder vi igen til det årlige Banko spil i Ældre Sagen. Dette flotte og festlige spil har mange tilhængere. Derfor vær hurtig med din tilmelding, når vi udbyder det til salg, hvis du ønsker at deltage.

Vi udlodder nogle rigtig gode præmier, som vil falde i de flestes smag. Bl.a. flæskesteg, ænder, forskellige vine, julesnaps, juleøl, blomster, juleknas og chokolade. Og mon ikke der indfinder sig en enkelt eller to nye varianter af præmier. Og som sædvanligt

er der sidegevinster til begge sider i alle spillene. Ældre Sagen har heldigvis mange gode lokale samarbejdspartnere, som gerne stiller op og tilbyder os præmier. Alt sammen noget, I kan vinde.

Pris pr. plade kr. 10,00. Jo flere plader du køber, jo større chance har du jo for at vinde. Rød-hvid-vin, øl og vand kan nydes under spillet. Kaffe/te og kage serveres i pausen.

Alle drikkevarer samt kaffe/te og brød er inkluderet i prisen.

- Pris medlemmer kr. 100,-
- Pris ikke medlemmer kr. 120,-
- Tilmelding og betaling online via hjemmesiden fra 7. august 2023 og senest 16. oktober.

Sæt X i din kalender

Arrangements ansvarlig:

Inge Mauritzen, telefon 2096 3090.

Vil du være frivillig?

Vi har brug for børnehavetanter og -onkler

Har du lyst til at blive frivillig børnehavetante/onkel? En gang hver anden uge i 2 timer fra kl. 12.00 til 14.00. Du får 2 grupper à 3 børn i en time til hver gruppe.

Du leger, spiller m.m. med børnene. Vi holder sommerferie fra primo maj til medio august.

Vi har brug for læsetanter og -onkler

Vi søger tanter/onkler til højt-læsning for 2. klasses børn i 1½ time.

Enten hver 2. eller 3. uge. Du får i den tid to grupper af hver mellem 4-6 børn. I et lokale på skolen læser du højt af udvalgte bøger. Derefter snakker I om bogen og dagligdags oplevelser.

Periode kører fra medio september til ugen op til påske

Vi har brug for sprogter og -onkler

Supplerende sprog-hjælp til børnehavebørn inden opstart i 0. klasse. Som sprogtante/onkel kommer du hver 14. dag i 1½ time. Du får i den tid 2 grupper af 3 børn i en

periode, som har det lidt svært med sproget. Derefter vælger daginstitutionen 3 nye børn.

Du får spil, bøger og materiale som benyttes ved besøget.

Kontakt gerne nu: inge-mauritzen@privat.dk eller 20963090.



Havebasserne

- Rabat til pensionister
og medlemmer af Ældre Sagen

Havebasserne er stiftet af Michael
og har gennem de sidste 20 år arbejdet med
havearkitektur og alle former for haveservice.

Vi er et fast team på 6 dygtige havefolk, både
unge stærke mænd og dygtige damer, som alle
sætter en stor ære i at levere et flot stykke arbejde.

Vi glæder os meget til at give din have en kærlig hånd!

Ring til Michael
på 26 42 49 44



Michael



Helle

www.havebasserne.dk

Danmark Spiser Sammen

Arrangement: DSS

**Lørdag den 11. november 2023
kl. 13.00
Forventet slut tid: kl. 16.00
Mødested: Café Svanen
i Idrætscentret**

Vi holder Danmark Spiser Sammen (DSS) ligesom i foråret.

Kom og vær med til et par hyggelige timer i Café Svanen i Idrætscentret.

Du indbydes til et dejligt samvær, hvor der serveres en lækker 2 retters menu og efterfølgen-



Sæt  i din kalender

de kaffe med kage og levende musik.

Der er et max. på 50 personer.

- Pris medlemmer: kr. 100,-
- Pris ikke medlemmer: kr.150,-
- Tilmelding og betaling online via hjemmesiden fra 7. august 2023 og senest 1.november 2023.

*Arrangementsansvarlig:
Erna Ploug Andersen,
telefon 2092 0487 og
Bill Søndergaard,
telefon 4025 9781.*

Vi søger deltagere til Whistklubben



I Ældre Sagen har vi lokalt en Whistklub, som har eksisteret i rigtig mange år, men i de seneste år, har vi desværre mistet en del medlemmer, primært på grund af sygdom.

I dag er vi kun 5 - 6 medlemmer, og det er for lidt. Og vores bekymring er derfor, at vi på sigt måske ikke kan fortsætte, idet vi helst

skal være 10 - 12 medlemmer, så vi kan spille ved 2 borde.

Vi spiller med trumf, som gør whist lidt mere spændende.

Vi spiller på Korsagergård hver torsdag fra kl. 12.00 til kl. 15.00.

Såfremt du er interesseret i at høre lidt mere, så kan du ringe til undertegnede på telefon 6167 9448.

Aktivitetsansvarlig: Bjarne Hansen.



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

Vil du vide hvad *din bolig* er værd?

Kontakt din lokale mægler i Vallensbæk og hør mere



Jens Brønholt
Partner,
ejd.mægler, MDE



Janne Lynge
Ejd.mægler, MDE



Troels Døssing
Ejd.mægler, MDE



Mathias C. Kølle
Salg & Vurdering,
Vurderingskonsulent
for Totalkredit



**Kristina
Nymann Kiss**
Salgskoordinator



Poul Erik Bech
Vi gør en forskel for dig og dit salg

Vallensbæk Strandvej 286
2665 Vallensbæk Strand
Tlf. 43 54 42 54 • 266@edc.dk

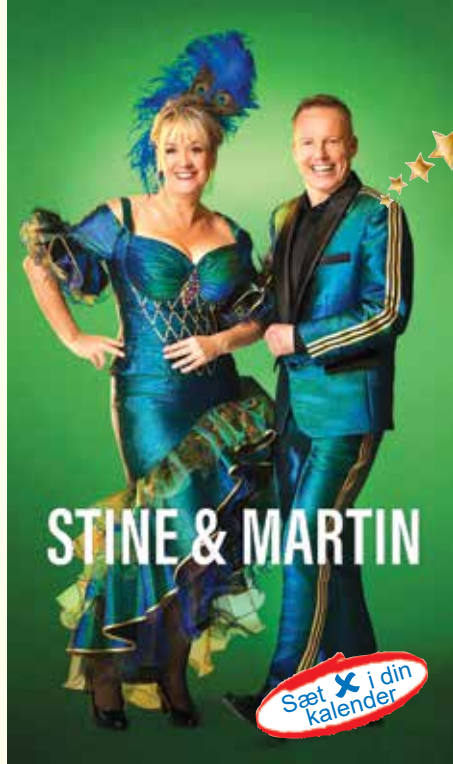


Foto: Jesper Blæsil

Arrangement 350
Tirsdag den 23. januar 2024
kl. 18.00.
Forventet slut tid: kl. 22.00.
Mødested: Korsagergård,
Vejlegårdsvej 121,
2625 Vallensbæk.

Vi skal have en festlig aften med spændende mad og morsom underholdning, som hører til en rigtig nytårsfest. I skal bare møde op med godt humør, så klarer vi resten. Vi kan kun få plads til 75 gæster, så vær hurtig med tilmeldingen.

Vi starter med en lækker tallerken med Tapas.

Kl. 19.30 starter Martin og Stine med festlighederne akkompag-

Nytårs- fest med besøg af Showparret Martin og Stine

Oplev disse to på slap line ...

neret af Allan Steen. Showparret har gang på gang taget publikum med storm. I pausen serverer vi kaffe/te med lidt kransekage til. Derefter går Martin og Stine igen på scenen og underholder. Glæd jer, vi lover det bliver festligt.

Drikkevarer købes som altid til Ældre Sagens billige priser.

- Pris Medlemmer: 275,-.
- Pris Ikke Medlemmer 325,-.
- Tilmelding og betaling online via hjemmesiden fra 7. august 2023 og senest 18.december 2023.

Arrangements ansvarlig:
Inge Mauritzen, telefon 2096 3090.

IT-kurser og tilbud om IT-hjælp



IT-kursus: Gennemgang af windows11, opbygning, sikkerhed m.m.

Arrangement: 352.

Mandag den 11. september 2023
kl. 15.00.

Forventet slut tid: mandag den 23. oktober kl. 17.00.

Mødested: Kultur- og Borgerhuset, lokale Skyen.

Gennemgang af windows11, opbygning, sikkerhed m.m. 6 mandage i Kultur- og Borgerhuset, lokale Skyen

følgende dage: Mandag 11-09-2023, 18-09-2023, 25-09-2023, 02-10-2023, 09-10-2023, og 23-10-2023 alle dage klokken 15:00 til 17:00.

■ Medbring din pc i opladt stand med windows11 installeret.

■ Pris medlemmer: kr. 125,-

■ Tilmelding og betaling online via hjemmesiden fra 7. august 2023 og senest 20. august 2023.

IT-billed kursus

Arrangement: 353.

Tirsdag den 12. september 2023
kl. 10.00.

Forventet slut tid: Tirsdag 26. september kl. 12.00.

Mødested: Kultur- og Borgerhuset, lokale Skyen.

Gem dine billeder og rediger dem i windows. 3 tirsdage i Kultur- og Bor-

gerhuset, lokale Skyen følgende dage:

Tirsdag 12-09-2023, 19-09-2023, og 26-09-2023 alle dage klokken 10:00 til 12:00. ■ Medbring din pc i opladt stand. Windows 10 og windows 11

■ Pris medlemmer: kr. 50,-

■ Tilmelding og betaling online via hjemmesiden fra 7. august 2023 og senest 20. august 2023.

IT: Iphone og Ipad

Arrangement: 354.

Onsdag den 13. september 2023
kl. 10.00.

Forventet slut tid: onsdag den 27. september 2023 kl. 12.00.

Mødested: Kultur- og Borgerhuset, lokale Skyen.

Lær at bruge de forskellige faciliteter i din Ipad og iPhone. Kurset afholdes

følgende onsdage: i Kultur- og Borgerhuset, lokale Skyen den 13.9., den 20.9. og den 27.9. alle 3 dage klokken 10:00 til 12:00.

■ Medbring din Ipad og iPhone i opladt stand.

■ Pris medlemmer: kr. 50,-

■ Tilmelding og betaling online via hjemmesiden fra 7. august 2023 og senest 20. august 2023.

Arrangementsansvarlig: Ole Løndal, telefon 5362 2625.

Ølsmagning BREW PUB

Den 21. februar 2023



Tekst og foto: Ole Løndal.

Så kom vi på bryggeribesøg. På det eneste tilbageværende bryggerhus inden for Københavns volde hørte og så vi om, hvordan ølbrygning foregår på BrewPub. Det var spændende at smage de forskellige kornsorter, der var ristet fra lys til mørk og de tilsvarende øl. Vi hørte om malten, hvor grisene fik restproduktet (så får man dejlig

flæsketeg) og humlen, hvor bryggeriet benyttede planter fra hele verden afhængig af, hvilken øl der skulle brygges. En vidende og passioneret guide indførte os i mange af ølbrygningens hemmeligheder og gav os en dejlig dag, hvor vi smagte 4 af deres skønne øltyper afsluttende med en lækker frokost.



En vidende og passioneret guide indførte os i ølbrygningens hemmeligheder.

Badminton 1

Vores mangeårige formand for ældresagen Badminton 1, Lizzie, har efter 24 år som formand valgt at stoppe og vil nu begynde at nyde sit otium.

Lizzie har ydet en stor indsats for klubben, og hendes altid dejlige væremåde har gjort, at vi alle har nydt at komme og spille

samt hygge med hende på tirsdage og torsdage, hvor vi træner i Idrætscentret.

Tak til dig Lizzie, for din kæmpe-store og hjertevarme indsats. Vi håber, at du stadigvæk vil komme til vores månedsmøder.

På vegne af alle
fra Badminton 1

Årsmødet 2023



Den 14. marts var 62 mødt op til Ældre Sagens Årsmøde på Korsagergård. Ungdomskoret fra Vallensbæk Kirker, som sædvanlig dirigeret og akkompagneret af Caroline Borelli Lerche, indledte aftenen med dejlige vinter- og forårssange. Som noget nyt skulle alle i salen et par gange prøve at synge med på en kanon. Det var ret underholdende. Klapsalverne var ikke til at tage fejl af efter hver dejlig sang, koret fremførte. Derefter blev der serveret sandwich med drikkevarer til, og efterfølgende tog formanden for Ældre Sagen Anders Austen Nielsen fat på årsberetningen.

Pt. har Ældre Sagen i Vallensbæk 2.828 medlemmer og deraf er 134 frivillige. Nogle af de frivillige varetager det social-humanitære arbejde og det social-

og ældre politiske arbejde. Ældre Sagen og Folkebevægelsen mod ensomhed går meget op i aktiviteten ”Danmark spiser sammen”, som afholdes 2 gange om året. Andre frivillige tager sig af generationsmøder, hvor ældre møder og hygger med børn i skoler og daginstitutioner. Andre hjælper med at få de mange aktiviteter, som der tilbydes, sat i værk.

Iår skulle der uddeles 4 stk. 10 års nåle. Anders Austen Nielsen takkede de 4 frivillige for indsatsen og overrakte en 10 års nål og en flot kasse med vin og chokolade til hver. Efter årsberetningen var der ganske få spørgsmål fra deltagerne, så aftenen sluttede med bemærkningen: Tak for god ro og orden - og kom godt hjem.

Tekst og foto: Inge Mauritzen



Som noget nyt skulle alle i salen et par gange prøve at synge med på en kanon.



Ældresagen tilbud ...

Tilbud om bisidder

Det kan være svært at overskue samtaler med læge, hospital, hjemmeplejen, skifteret m. v.

Du har ret til at have en bisidder med til disse samtaler.

Bisidderen ledsager dig eller deltager i et møde i dit hjem.

Bisidderen hjælper med at huske, hvad du vil spørge om og med at huske svarene.

I Vallensbæk lokalafdeling har vi en person, som udfylder denne rolle.

Hvis du har behov for at benytte dig af tilbuddet, skal du kontakte os på vores telefon 4377 0717



Vi kan altid tilbyde aktiviteter til frivillige

Havevenner

Er et tilbud til den samme gruppe borgere som i Café Husk.

Havevenner mødes mandag i ulige uger hele året (dog ikke i juli måned) i tidsrummet kl. 14:30-16:00 i Højstruphave.

Primær kontakt person
Erna Ploug Andersen

Besøgsven

Vi søger frivillige til de socialhumanitære aktiviteter i Ældre Sagen.

Vi kan altid tilbyde aktiviteter til frivillige, som gerne vil gøre en forskel for kommunens ældre borgere. Især på områderne Besøgsven og Tryghedsopkald, hvor den menneskelige kontakt er i højsædet enten ved besøg eller i telefonen.

Kontakt Erna Ploug Andersen eller Bill Søndergaard, hvis du har lyst til at deltage i vores frivillige arbejde.
Kontaktoplysninger findes bagerst i bladet.

Besøgsvært

Synes du at dagene ind i mellem bliver lidt lange og ensformige?

Har du af og til behov for en at dele oplevelser og minder med.

Hvis det er tilfældet, kan du henvende dig til Ældre Sagen og blive besøgsvært.

Som besøgsvært bliver du tilbudt en besøgsven og i kan mødes med udgangspunkt i dine ønsker.

Kontakt Erna Ploug Andersen eller Bill Søndergaard, hvis du har lyst til at deltage i vores frivillige arbejde.
Kontaktoplysninger findes bagerst i bladet.



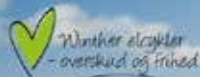
Tilbud om tryghedsopkald

Tilbuddet går ud på, at du kan modtage et telefonopkald hver morgen året rundt.

Hvis du så ikke svarer på opkaldet, sikrer vi, at der bliver tilkaldt hjælp fra pårørende eller det offentlige.

Hvis du ønsker at benytte dig af tilbuddet, skal du kontakte os på vores telefon 4377 0717





CYKLER LAVET I SAMARBEJDE MED ÆLDRE SAGEN

**Ekspert
i El-cykler**



**5 stjernet Cykelhandler
& værksted**

**Få den rette
vejledning og prøvekør
inden køb**

**10% RABAT TIL MEDLEMMER
AF ÆLDRE SAGEN**

*Gælder ikke i forvejen nedsatte cykler



Albertslund Cykler
Kanalens Kvarter 2,
2620 Albertslund

Telefon 43 641 466



Ishøj Cykler
Vejlebrovej 84, st.,
2635 Ishøj

Telefon 51 522 635

Tekst og foto:
Inge Mauritzen

Mode- show

Så kom der gang
i SNAKKE "tøjet"
hos Charlotte F i
Albertslund Centret

Snakken gik lystigt, inden showet gik i gang. Ældre Sagen i Vallensbæk havde arrangeret modeopvisning søndag den 19. marts hos modeforretningen Charlotte F. 40 deltager havde reserveret plads, og 4 af Ældre Sagens egne medlemmer gik catwalk på en rød løber, som var rullet ud i dagens anledning. Forårets og sommerens tøj er i år meget farverigt og smukt, og modellerne

svansede flot ned ad løberen, mens deltagerne jublede og klappede over det smukke tøj, som Charlotte F havde fundet frem til modellerne. Under modeopvisninger kunne deltagerne nyde vin og lidt snacks. Efter opvisningen var der frit slag til indkøb af tøj i forretningen, og vi må sige der var stor tilslutning til at prøve og supplere sommergarderoben.


TUANA BLOMSTER
Som Du Ønsker

Kanaltorvet 6
2620 Albertslund
Tel.: 4362 5011
tuanablomster@gmail.com
www.tuanablomster.dk

10% til Ældre Sagens medlemmer ved forevisning af medlemskort



Ejendomsmægler på besøg

Ejendoms- mægler på besøg

Den 20. marts havde Ældre Sagen inviteret til foredrag om, hvornår og hvordan man skulle forholde sig, hvis man gik i tanker om at skifte bolig enten til en mindre bolig eller til en anden beliggenhed. Der blev hygget om de 37 deltager fra starten med en lækker Tapas tallerken. Ejendomsmæglerne Jens Brønholt og JanneLynge fra EDC mæglerne i det lokale Vallensbæk havde arrangeret løbende hammerslag af forskellige boligtyper, der lige var blevet solgt. Ved alle 8 borde skulle man gætte priserne, og

afslutningsvis var der præmie til 1., 2. og 3. pladsen. Meget underholdende, og man fik på den måde en fornemmelse af prislejet i Vallensbæk. Jens fortalte om EDC kæden. Både hvor stor kæden var, hvordan den var strikket sammen, og at 97% af danskerne kender dem.

Der blev talt om, hvornår man vil sælge/flytte. Om at få et gratis besøg af EDC så man på forhånd er lidt orienteret om prisleje ved salg/køb eller lejebolig. Mange ting skal man tage højde for, kom i god tid til EDC, var ordene. Filialdirektør Nanna Dalsgaard Dehn var også inviteret. Nanna fortalte om den økonomiske side, så deltagerne fik virkelig noget at tænke over ved fraflytning.

Tekst og foto: Inge Mauritzen

HS.VVS
40 54 83 68

Vi strækker os længere...



- Gasinstallationer
- Fjernvarme
- Badeværelser
- Blikkenslagerarbejde
- Kloakarbejde
- Forsikringskader
- Solvarme

Nysøvej 32, 2665 Vallensbæk - Mail: hsvvs@post.tele.dk

ILDSJÆLEFESTEN

for Ældre Sagens frivillige

Tekst:
Inge Mauritzen

Den 13. april mødte 64 frivillige op på Korsagergård for at blive bispist og underholdt som tak for den store hjælp det er, at have frivillige i mange af de områder/aktiviteter som Ældre Sagen har i gang i i Vallensbæk kommune. Formanden Anders Austen Nielsen bød velkommen, og derefter blev der serveret en lækker platte. Kl. 19.00 kom der gang i underholdningen. Bandet "DeGodeGamle," som består af Kurt på guitar, Steffen på trommer



Foto: Finn Hillmose

og sanglærken Susan, underholdt os med dejlig musik i 2 timer. På et tidspunkt kunne nogle af gæsterne ikke lade være med at komme ud på dansegulvet.

Foto: Jerry Nielsen



Det var en dejlig aften med meget snak ved bordene.

Nyhed fra Vallensbæk Bridge

Som noget nyt vil vi undervise i bridge

Vi spiller hver tirsdag på Højrupgård fra kl. 13 - ca. kl. 17.



Hvis det har din interesse og/ eller du ønsker flere oplysninger, kan du enten ringe eller sende en mail: Kirsten Hansen tlf. 50 57 07 31 eller mail: hansen.k.kirstine@gmail.com

Alle er velkomne, også selv om du ikke har spillet bridge før.

✓ Støt vore annoncører
- deres støtte gør dette blad muligt ...



IT-hjælp

Har du lyst til at hjælpe borgerne i Vallensbæk

Vi er et team, der hjælper til i Kultur- og Borgerhuset, Biblioteket - samt laver kurser forår og efterår med forskellige emner inden for IT.



Kom og vær en del af vores team, Ældre Sagen holder os alle ajour med kurser, foredrag webinar m.m.

**Kontakt Ole Løndal på
telefon 5362 2625
eller
mail londal@webspeed.dk**

**Ældre  Sagen
Vallensbæk**

■ På biblioteket hjælper vi hver anden tirsdag (lige uger) i tidsrummet 11:00 til 13:00 med de problemer borgerne har med pc'en, installation af apps, sikkerhed, billeder m.m.

■ Vi er altid 2 på vagt, så med f.eks 8 hjælpere er vi på vagt 1 gang hver anden måned.

■ Vi har pt planlagt 3 kurser i efteråret:
Windows 11/sikkerhed 6x2 timer, Ipad/Iphone 3x2 timer og et billedkursus 3x2 timer.

Danmark Spiser Sammen

Danmark spiser sammen er en tilbagevendende begivenhed, som bliver afholdt i hele Danmark 2 gange om året. Den 15. april blev arrangementet afholdt for 50 personer på Cafè Svanen i Vallensbæk. Der bliver altid hurtigt udsolgt. Ideen er bl.a. at mødes med andre af kommunens ældre borgere, få lidt god mad og hyggesnakke med dem, man sidder sammen med. Ofte støder man på nogle, der går til svømning, gymnastik eller til stolegymnastik som en selv. Flere danner nye venskaber ved den lejlighed. Efter 1½ times tid blev der delt sangbøger ud og Nikolaj, som generelt er med til ar-



Alle kunne synge med ...

rangementerne, var mødt op med sit klaver, og derefter valgte hvert bord en sang fra sangbogen, som alle kunne synge med på. En rigtig festlig eftermiddag som altid

Tekst og foto: Inge Mauritzen

Vallensbæk Revyen 2023

31. oktober - 4. november
Tirsdag til fredag kl 19:00
og lørdag kl 14:00

Billetter via Billetten.dk

*Der kan bestilles sandwich
og salat sammen med billetten*



*Er I pirate?
Dét er vi!*

**Egholmskolen,
2665 Vallensbæk Strand**

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

Generationsmøder

Så løb slutevalueringen af stablen med stor succes som altid.

Slutevalueringen for læsetanter/onkel den 17. april og for børnehavetanter/onkel og sprog-tanter den 8. maj samlede ved hver evaluering 34 personer. Der var tanter/onkler, formand for Ældre Sagen, lederne af indskoling ved læsetanter og daginstitutionsledere ved børne- og sprog-tanter. Ligeledes var fra kommunen Ricky Van Overeem og Jakob Rahbek Bjerre mødt op. Seniorrådgiver Loui Stampe Lund havde som sædvanlig sat en dagsorden op, der appellerede til alle i lokalet. Gode ideer kom frem i lyset og flere kom med oplevelser af forskellig slags. Meget givende og vi fortsætter nu med læsetanter på 10. sæson. Børnehave- sprog-tanter/onkler kommer nu i gang med hhv. 8. og 4. sæson. Børnene glæder sig altid til at få et ”tante/onkel besøg”.

Begge evalueringer giver så meget positiv energi til alle vores



Foto: Jerry Nielsen.

Gode ideer kom frem i lyset og flere kom med oplevelser af forskellig slags.

frivillige. De ses normalt ikke, men passer hver deres børnegrupper. For at kompensere for dette samledes igen i år alle frivillige tanter/onkler til en lille frokost den 12. maj på Korsagergård. Her gik snakken om Win-Win. Det at gøre noget positivt for børn er en god ting, men det sociale ved diverse evalueringsmøder skaber nye venskaber mellem de frivillige, og det er jo også et godt, man værdsætter i vores lille hyggelige Vallensbæk.

Tekst: Inge Mauritzen

IT-hjælp til borgerne

Vi hjælper fortsat kommunens borgere med pc-problemer.

Hver tirsdag fra kl. 11:00 til 13:00
i Kultur- og Borgerhuset/ Biblioteket.

Vi holder fri i skolernes ferier. Se også kommunens hjemmeside og tilmeld dig kommunens nyhedsbrev.

Arrangementsansvarlig: Ole Løndal, telefon 5362 2625.



HyggeCafé i Pilehavehus



*Kom og vær med til et par hyggelige timer i caféen i Pilehavehus.
Vi skal have nogle hyggelige timer med kaffe, kage og levende musik*

Vi holder åbent på følgende
lørdage i 2. halvår af 2023.

Lørdag den 12/8 kl. 14.00 – 16.00.

Lørdag den 9/9 kl. 14.00 – 16.00.

Lørdag den 14/10 kl. 14.00 – 16.00.

Lørdag den 18/11 kl. 13.00 – 16.00.

(Flyttet til 3. lørdag pga.

Danmark Spiser Sammen).

Lørdag den 9/12 kl. 14.00 – 16.00.

(Julehygge)

Det er gratis at deltage men
af hensyn til indkøb m.v. bedes
i tilmelde jer til:

Erna Ploug Andersen, telefon: 20 92
04 87, mail: balderploug@gmail.com

Bill Søndergaard, telefon: 40 25 97 81,
mail: bill.soendergaard@gmail.com

*Vi glæder os alle til at have nogle
hyggelige timer sammen med jer
- så kom og vær med.*



SPECIALKLINIK FOR TANDPROTESER

FOR EKSEMPEL:

Helprotese 7.219 kr. Klikprotese med
Stål-unitor. 11.452 kr. 3 tryklåse 13.861 kr.

Klinikken har over **50 ÅRS ERFARING**

Fremstilles på **EGET LABORATORIE**, hvilket giver
en optimal kvalitet og kortere behandlingstid.

RING for **GRATIS** konsultation på **tlf. 43 73 45 06**

KLINISK TANDTEKNIKER

Lise-Lotte Laugesen
Vallensbæk Strandvej 288 • 2665 Vallensbæk Str.
www.1tandbedre.dk

**GRATIS
TAND-
PROTESER**

– laver vi ikke

men til gengæld
har vi faste lave priser

Tilmelding, betaling og afmelding

Ældre Sagen - Vallensbæk

Tilmelding og betaling sker online i én arbejdsgang via "Arrangementer og Aktiviteter" på vores hjemmeside aeldresagen.dk/vallensbaek senest 14 dage før, hvis andet ikke er nævnt.

■ **Betaling sker med Visa/dankort eller Mobil Pay.**

Der tages ikke mod kontant betaling for arrangementer ved indgangen.



Hjælp til tilmelding og betaling af arrangement

Hvis du/i har brug for hjælp vedr. tilmelding og betaling, kan du/i ringe til den arrangementsansvarlige eller møde op på vores kontor i kontortiden.

Afmelding

Hvis du bliver forhindret og er nødt til at afmelde, ringer du til den arrangementsansvarlige.

Hvis du afmelder, kan du få det indbetalte beløb retur, hvis du sender en mail eller ringer til kassereren senest 14 dage før arrangementet og oplyser hvilken konto pengene skal indsættes på.

Husk at oplyse medlemsnummer og arrangementsnummer.

■ Kassereren kontaktes på mail: else.kock@gmail.com eller telefon 2299 0693.

■ Kontor tid

Lokalafdeling har kontor på Højrupgaard, Højrupgaardsvej 1, 2625 Vallensbæk, hvor vi kan træffes den 2. tirsdag i måneden kl. 10-11.
Dog ikke i ugerne 25-32 og 52.
Du kan også vælge, at ringe på telefon 4377 0717.

■ Generel kontakt

Du kan kontakte Lokalafdelingen med spørgsmål på telefon 4377 0717, pr. mail FM.Vallensbaek.187@aeldresagen.dk eller ringe til en i bestyrelsen.



Kig ind og bliv inspireret...

Kom og besøg vores nye flotte butik i Greve

SKOVGAARD VINE

Agenvej 39 G . 2670 Greve . Tlf. 70 22 66 19

Aktivitet	Hvornår	Sted	Kontakt
Badminton 1	Tirsdag kl. 11.15-12.45 Torsdag kl. 11.30-12.30	Idrætcenteret	Michael Munk Tlf.: 2687 4406
Badminton 2	Onsdag kl. 14.30-16.00 Fredag kl. 11.30-12.30	Idrætcenteret	Jette Knudsen Tlf.: 3058 6986
Bowling	Onsdag kl. 14.00-16.00	Rødover Bowlingcenter Rødovre Centrum 99	Jens Gert Andersen Tlf.: 2691 4583
Bridge	Tirsdag kl.12.00-17.00	Højrupgaard	K & P Hansen Tlf.: 5057 0731
Cykelture	Torsdag kl. 13.00-16.00	Idrætcenteret	Benny Mortensen Tlf.: 2042 2485
English Conversation	Torsdag kl. 10.00-12.00	1. sal, Højrupgård	Heather Strandberg Tlf.: 4353 5401
Advanced English Conversation	Torsdage kl. 10.00-12.00	Stuen Højrupgård	Niels Erik Tulstrup Tlf.: 4373 3423
IT kursus	Vedr. kursusdage Se her i bladet	Vedr. sted, se her i bladet	Ole Løndal Tlf.: 5362 2625
Litteratur- gruppen	3. tirsdag i måneden kl. 10.00-12.00	1. sal, Højrupgaard	Bente Rosberg Tlf.: 2646 7246
Petanque	Mandag og torsdag kl. 10.00-14.00	Idrætscentret v. tennishallerne	Jan Dyppe Tlf.: 2671 0221
Seniordans	Mandag kl.14.00-16.00	Korsagergaard	Helga Schwedler Tlf.:3022 1832
Stavgang	Tirsdag kl. 11.00-12.00	4 steder i Vallensbæk	Jette Andreasen Tlf.: 2163 3385 Erik Hommelgaard Tlf.: 2116 0321
Stole gymnastik 1	Mandag kl. 10.00-11.00	Rønnebækhus	Lilian Ho-Lanng Tlf.: 2123 8298
Stole gymnastik 2	Tirsdag kl. 10.15-11.15	Korsagergaard	Annette Kristensen Tlf.: 4037 5278
Svømning	Mandag kl. 14.00-15.30 Torsdag kl. 13.00-14.30	Pilehave skolens svømmehal	Erik Hommelgaard Tlf.: 2116 0321
Whist	Torsdag 12.00-15.00	Korsagergaard	Bjarne Hansen Tlf.: 4364 9448

Husk at checke mødested og tid inden du tager afsted



Kontor

Højrupgård, Højrupgårdsvej 1,
2625 Vallensbæk
Tlf.: 4377 0717
Mail:
FM.Vallensbaek.187@aeldresagen.dk

Kontortid

2. tirsdag i måneden kl. 10-11.
Dog ikke i ugerne 25-31 og 52

Bestyrelsen

■ Formand

Anders Austen Nielsen

Spættebo 13,
2665 Vallensbæk Strand
Tlf.: 2029 8205

Mail:

FM.Vallensbaek.187@aeldresagen.dk

■ Næstformand og sekretær

Bill Søndergaard

Hyttesvinget 13,
2665 Vallensbæk Strand
Tlf.: 4025 9781

Mail: bill.soendergaard@gmail.com

■ Kasserer

Else Kock Christensen

Nordmarksvænge 89,
2625 Vallensbæk
Tlf.: 2299 0693

Mail: else.kock@gmail.com

Bestyrelsesmedlemmer

Ole Løndal

Løkketoften 35,
2625 Vallensbæk
Tlf.: 5362 2625

Mail: londal@webspeed.dk

Erna Ploug Andersen

Kolleruplund 46,
2665 Vallensbæk Strand
Tlf.: 2092 0487

Mail: balderploug@gmail.dk

Jette Andreassen

Hyttebovej 64,
2665 Vallensbæk Strand
Tlf.: 2163 3385

Mail: jette@post6.tele.dk

Inge Mauritzen

Nordmarksvænge 64,
2625 Vallensbæk
Tlf.: 2096 3090

Mail: inge-mauritzen@privat.dk

Suppleanter

Karen Sønnichsen

Egeskovvej 36,
2665 Vallensbæk Strand
Tlf.: 2138 6102

Mail: kaeg@webspeed.dk

Airi S. Pedersen

Valmuebakken 12,
2625 Vallensbæk
Tlf.: 2122 3710

Mail: airiped@gmail.com

Tilforordnede

■ PR, læse-, sprog-
og børnehavetanter
Inge Mauritzen

(Kontakt: Se under bestyrelsen)

■ Stavgang

Jette Andreassen

(Kontakt: Se under bestyrelsen)

■ Hygge Café og Café Husk

Erna Ploug Andersen

Bill Søndergaard

(Kontakt, se under bestyrelsen)

■ Havevenner

Erna Ploug Andersen

■ Tryghedsopkald

Lisbeth Schou

Stærebo 30,
2665 Vallensbæk Strand
Mail: schoumeister@gmail.com
Tlf.: 2256 5559

■ Redaktør – Lokalblad

Anders Austen Nielsen

(Kontakt, se under bestyrelsen)

■ IT

Ole Løndal

(Kontakt: Se under bestyrelsen)

■ Webmaster og "Det Sker"

Anders Austen Nielsen

*(Kontakt den aktivitetsansvarlige
eller formanden)*

■ Handymand:

Steen Schou og Niels Andersen

■ Fotograf: **Jerry Nielsen**

Returadresse:
Ældresagen, Højrupgård,
Højrupgårdsvej 1, 2625
Vallensbæk



Café Husk i Højstruphave

*Vi åbner igen for en ny sæson af Café Husk i Højstruphave.
Så kom og vær med og få nogle hyggelige timer
med kaffe, kage og levende musik*

**Vi holder åbent kl. 16:00-18:00
på følgende tirsdage i
2. halvår af 2023.**

- 1. august.** Kaffe, kage, guf og musik.
- 5. september.** Kaffe, kage, guf og musik.
- 3. oktober.** Kaffe, kage, guf og musik.
- 7. november.** Kaffe, kage, guf og musik.
- 5. december.** Kaffe, kage, guf og musik
(julehygge).

Det er gratis at deltage men af hensyn
til indkøb m.v. bedes I tilmelde jer til:

Erna Ploug Andersen,
telefon: 2092 0487

mail: balderploug@gmail.com

Bill Søndergaard,
telefon: 4025 9781

mail: bill.soendergaard@gmail.com

*Vi glæder os alle til at have
nogle hyggelige timer sammen
med jer, så kom og vær med.*

***Husk at pårørende
er meget velkomne
til at deltage.***



Café Husk er et tilbud for borgere med hukommelsessvækkelse eller demens og deres pårørende. Der er fokus på uformelt og hyggeligt samvær med ligesindede. Tilbuddet sker i samarbejde med Vallensbæk Kommune.

Ansvarshavende redaktør:
Anders Austen Nielsen
Tlf.: 2029 8205
Mail:
FM.Vallensbæk.187
@aldresagen.dk

Medredaktør og layout:
Finn Hillmose
Mail: hillmose@mail.dk
Korrektur:
Berit Nielsen
Annoncer:
Inge Mauritzen

Tryk:
KLS Grafisk Hus A/S
Postboks 1183
2650 Hvidovre
Distribution af bladet:
Ole Løndal

Næste nummer
udkommer i første uge
af februar 2024.

Der tages forbehold for
trykfejl og prisstigninger.