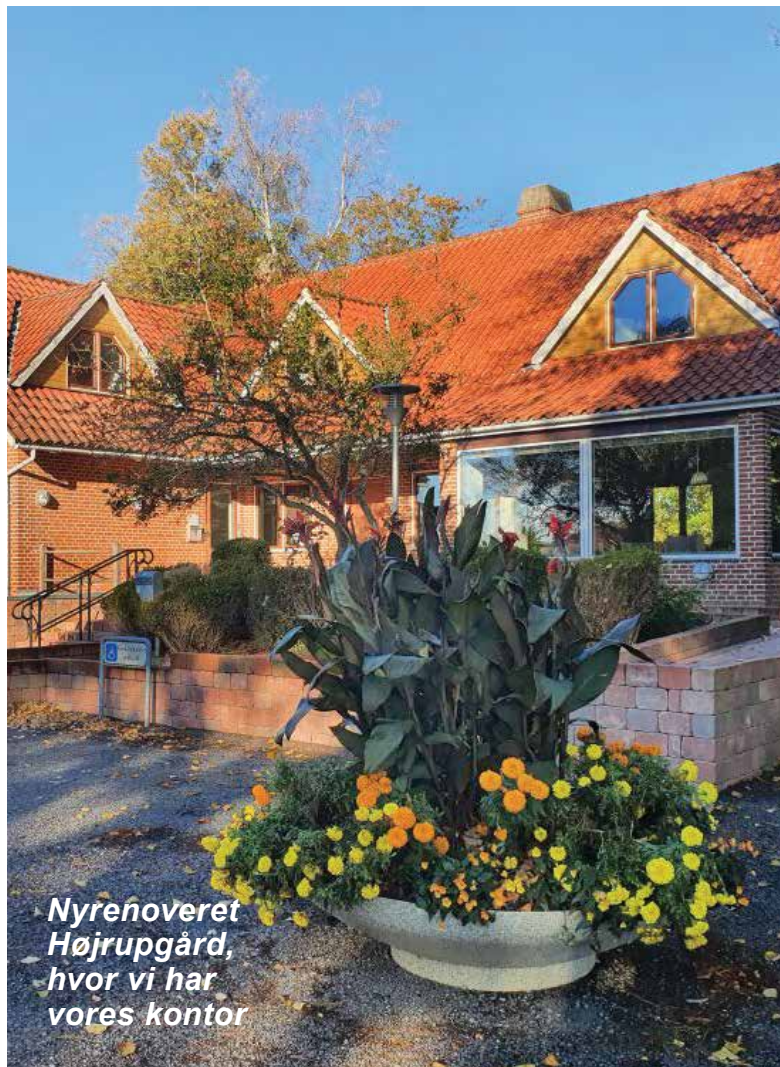


Vallensbæk

Information fra lokalbestyrelsen

Ældre @ Sagen



*Nyrenoveret
Højrupgård,
hvor vi har
vores kontor*

Februar 2023

Foto: Inge Mauritzen



Formanden *har ordet*

Anders Austen Nielsen

Husk at række hånden ud ...

Ja, nu har vi sagt farvel til det gamle år 2022, hvor vi kunne gennemføre de fleste af vores planlagte arrangementer og aktiviteter.

Vi har nu sagt velkommen til det nye år 2023, hvor vi glæder os til i 1'ste halvår af 2023 at gennemføre alle de arrangementer og aktiviteter, som I kan læse mere om inde i bladet.

Inden for det socialt humanitære område har vi også i 2. halvår af 2022 haft fuld gang i alle vores aktiviteter, som bl.a. omfatter afholdelse af Café Husk hver den 1'ste tirsdag i måneden på Rønnebækhus, Hygge Caféen den 2. lørdag hver måned på Pilehavehus, Havevenner i Højstruphave, Banko på Rønnebo, besøgsvenner og tryghedsopkald. Alle aktiviteter inden for det socialt humanitære område fortsætter i 1'ste halvår af 2023. Læs mere om dem inde i bladet. Stor tak til Erna, Bill, Vita og de frivillige, som gør, at vi kan gennemføre ovennævnte aktiviteter.

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

Generationsmøderne inden for alle områderne, som er læsetanter/onkler, børnehavetanter/onkler og sprogntanter/onkler har været i fuld gang i 2. halvår af 2022. Inge M., Yvonne og Jerry, som står for generationsmøde aktiviteterne, har gennemført mange aktiviteter for at fastholde alle vores frivillige inden for områderne. Stor tak for det og til alle tanter og onkler.

Vores motionstilbud og øvrige tilbud såsom IT-kurser/rådgivning, Engelsk, litteraturgruppen, bridge og whist m.fl. har også været i gang i 2. halvår af 2022.

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 som du kan gøre brug af. Læs mere om dette inde i bladet.

I 2023 vil vi i bestyrelsen bl.a. arbejde på, at vi på alle vigtige poster får indsat 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.

Nu hvor hverdagen er kommet helt tilbage igen, skal vi stadig huske at passe på hinanden og os selv. Husk også at række hånden ud, hvis nogen har brug for din hjælp, og så må du også gerne fortælle venner og bekendte om vores tilbud.

God fornøjelse



Nyt fra kassereren

Else Kock Christensen

Nyt bookingsystem

Når man fremover vil tilmelde sig arrangementer, skal man bruge booking.

Målet med systemet er, at det bliver lettere for medlemmer at tilmelde sig og betale i én arbejdsgang og få en kvittering retur via mail. Betalinger sker med Visa/ Dankort eller MobilePay, hvis det foretrækkes.

Når man får kvitteringen, er turen både bestilt og betalt.

For bestyrelsen bliver der tid at spare, da alle tilmeldinger ikke skal håndteres enkeltvis, og bogføring vil ske automatisk.

Fremover tilmelder man sig online til arrangementer via Lokalafdelingens hjemmeside:

aeldresagen.dk/vallensbaek

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

Det vil fremgå af arrangementet, hvordan du tilmelder dig og betaler. Se under det enkelte arrangement hvornår der åbnes for tilmelding.

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 at komme med på vores ture og arrangementer.

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

Kryds af på huskelisten - 2023

Dato	Arrangement	Nr.	Side	✕
21. februar	Ølsmagning på BREWPUB.	331	4	<input type="checkbox"/>
14. marts	Årsmødet 2023	339	4	<input type="checkbox"/>
19. marts	Modeshow hos modebutikken Charlotte F i Albertslund Centeret.	343	5	<input type="checkbox"/>
20. marts	Kom og få gode råd om boligsalg og skift til anden bolig.	340	6	<input type="checkbox"/>
15. april	Danmark Spiser Sammen (DSS)	DSS	6	<input type="checkbox"/>
10. maj	Heldags bustur til Knuthenborg Safaripark	335	7	<input type="checkbox"/>
27. juni	Sporvejsmuseet Skjoldnæsholm.	332	9	<input type="checkbox"/>
5. august	Grillparty i landlige omgivelser. Whisky Tema.	337	10	<input type="checkbox"/>
30. oktober	Hotel Højskole på Dolphin Hotel Herning	342	12	<input type="checkbox"/>

Ølsmagning på BREWPUB



Arrangement: 331.

Tirsdag den 21. februar 2023

kl. 11:55. Forventet slut tid kl. 14:30.

Mødested: Vestergade 29, 1456 K

Bliv klogere på øl og brygprocessen i Brew Pub, det eneste bryggeri inden for Københavns volde.

Vi starter besøget med en rundvisning og tilhørende ølsmagning i mikrobryggeriet BREWPUB.

Undervejs får vi gennemgået processen med at brygge øl – krydret med et par gode røverhistorier – og efterfølgende får vi en smag-

ning på 4 x 10 cl. af bryggeriets forskellige øl, en introduktion til øllets mange forskellige stilarter og slutter af med en frokost i de skønne lokaler med den ligeså skønne duft af malt m.m.

- Pris medlemmer: kr. 345.
- Pris ikke medlemmer: kr. 375.
- Tilmelding og betaling online via hjemmesiden fra 7. februar 2023 og senest 17. februar 2023.



Arrangementsansvarlig:
Ole Løndal,
telefon 5362 2625.

Årsmødet 2023

Arrangement: 339.

Tirsdag den 14. marts 2023 kl. 18:30

Forventet slut tid senest kl. 21:00.

**Mødested: Korsagergård,
Vejlegårdsvej 121,
2625 Vallensbæk.**

Dagsorden:

1. Valg af dirigent
2. Beretning om lokalbestyrelsens virksomhed til godkendelse
3. Forelæggelse af lokalbestyrelsens regnskab til udtalelse

4. Orientering om lokalbestyrelsens fremtidige virke
5. Indkomne forslag, som skal være formanden i hænde senest 14 dage før mødet – dvs. senest den 27. februar 2023.
6. Valg af 4 bestyrelsesmedlemmer for 2 år.

På valg er:

- a. Ole Løndal (modtager genvalg)
- b. Else Kock Christensen (modtager genvalg)

- c. Bill Søndergaard (modtager genvalg)
- d. Erna Andersen (Modtager genvalg)
- 7. Valg af 2 suppleanter for 1 år.

På valg er:

- a. Karen Sønnichsen (modtager genvalg)
- b. Airi Pedersen (modtager genvalg)
- 8. Eventuelt

■ Gyldigt medlemsbevis skal på forlangende fremvises ved indgangen.

■ Af hensyn til et lille gratis traktament er tilmelding nødvendigt.

■ Tilmelding online via hjemmeside fra 7. februar og senest 27. februar.

*Arrangementsansvarlig:
Anders Nielsen, telefon 2029 8205*

Foto: Finn Hillmose.



Korsagergaard er som vanlig rammen for vor årsmøde.

Modeshow

hos modebutikken Charlotte F i Albertslund Centeret

Arrangement: 343

Søndag den 19. marts 2023

kl. 14:00.

Forventet slut tid: kl. 17:00.

**Mødested: Butik Charlotte F,
Albertslund Centeret, Bytorvet 17,
2620 Albertslund**

Modeshowet fortsætter med vores nye leverandør Charlotte F fra Albertslund Centeret. Denne gang afholdes modeshowet i butikken hos Charlotte F. Derfor kan I se hele det store sortiment, der findes i butikken.

Vores modeller viser et udpluk af tøjet, og derefter kan man prøve tøjet fra butikkens sortiment. Vi byder på vin, vand og lidt godt til ganen.

■ Pris medlemmer: kr. 50.

■ Pris ikke medlemmer: kr. 60.

■ Tilmelding og betaling online via hjemmesiden fra 7. februar 2023 og senest 6. marts.



*Arrangementsansvarlig:
Inge Guldberg, telefon 5116 2204*

Kom og få gode råd om boligsalg og skift til anden bolig



Arrangement: 340
Mandag den 20. marts 2023
kl. 16:00

Forventet slut tid: kl. 18:00
Mødested: Korsagergård,
Vejlegårdsvej 121, 2625 Vallensbæk

Vores lokale EDC mægler og Sparekassen Sjælland møder op og fortæller om, hvordan du kan tage hul på din boligsituation. Bolighandlens faser: Hvornår skal man i gang med salg af bolig. Hvad skal man tænke på i forbindelse med salg/køb. EDC er rådgiver, hvad kan ejendomsmægleren hjælpe med?

EDC er samarbejdspartner med Ældre Sagen, hvilke fordele giver

det? Ud over det informative krydrer EDC mødet med hammerlagskonkurrencer fra nærområdet, og der er flotte præmier.

Sparekassen Sjælland fortæller om de økonomiske aspekter i en bolighandel. Hvilke muligheder du har som pensionist.

Der serveres en Tapas tallerken samt 1 genstand.

- Pris medlemmer: Gratis
- Pris ikke medlemmer: kr. 125.
- Tilmelding og betaling online via hjemmesiden fra 7. februar 2023 og senest 6. marts.

Sæt X i din kalender

Arrangementsansvarlig:
Inge Mauritzen, telefon 2096 3090.

Danmark Spiser Sammen

Arrangement: DSS
Lørdag den 15. april 2023 kl. 13:00
Forventet slut tid: kl. 16:00
Mødested:
Café Svanen i Idrætscentret

Vi holder Danmark Spiser Sammen (DSS) ligesom øvrige år. 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 efterfølgende kaffe med kage og levende musik.

- Der er et max. på 50 personer.
- Pris medlemmer: kr. 50.
- Pris ikke medlemmer: kr.100.
- Tilmelding og betaling online via hjemmesiden fra 7. februar 2023 og senest 1. april.

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



Sæt X i din kalender

Heldags bustur til Knuthenborg Safaripark

Arrangement: 335
Onsdag den 10. maj 2023, Kl. 10:00
Forventet slut tid:
Tilbage i Vallensbæk ca. kl. 17:00



Foto: Knuthenborg Safaripark

Mødested: Vallensbæk (nærmere afhentningssted aftales senere)
Oplev Knuthenborg Safaripark. En heldagstur med start på restaurant Landsbyen i Våbensted, hvor vi får en landsby buffet med 1 øl eller vand. Øvrige drikkevarer for egen regning.
Efter en velfortjent frokost får vi en busrundtur i selve safariparken. 45 min. af vor rundtur vil være med en guide, der vil forklare alt om dyrene.

- Deltagerantal min. 30 betalende deltagere/max. 52 personer.
- Pris medlemmer: kr. 700.
- Pris ikke medlemmer: kr. 910.
- Tilmelding og betaling online via hjemmesiden fra 7. februar 2023 og senest 1. marts.
- Prisen inkluderer: Busturen t/r, inkl. landsby buffet med 1 øl eller vand, busturen i selve safariparken samt guiden i 45 minutter.

Arrangementsansvarlig: *Friederike Wenning, telefon 2027 0907.*

Vil du være frivillig?

Vi har brug for børnehavetanter og -onkler

Du møder op i en daginstitution en gang hver anden uge i to timer fra kl. 12-14. Her læser, spiller eller leger du selv med en lille gruppe børn, som har brug for et break midt på dagen. Det kræver ingen forudsætninger.



Vi har brug for læsetanter og -onkler

Vi søger flere læsetanter og -onkler til højt læsning for små grupper af børn i 2. klasse.

Vi har brug for sprogter og -onkler

Brug 1,5 time hver 14. dag med 2 grupper a 3 børn. Her læses bøger, som institutionen anbefaler og tales om diverse emner. Hjælp børn med sprogproblemer til en bedre skolestart.



Kontakt Inge Mauritzen, 2096 3090 eller mail inge-mauritzen@privat.dk.

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



Sporvejsmuseet Skjoldnæsholm

Arrangement: 332

Tirsdag den 27. juni 2023 kl. 11:00

Forventet slut tid: kl. 17:30

i Vallensbæk

Mødested: Korsagergård,
Vejlegårdsvej 121, 2625 Vallensbæk

Kom med ud at køre i vores egen sporvogn fordelt på motorvogn og bivogn. Der stilles borde med duge op i sporvognen til vores medbragte frokost og drikkevarer og service.

Vi får stillet vores egen vognstyrer til rådighed og har sporvognen i 2 timer.

Bagefter vil der være mulighed for at bese alle de gamle spændende

sporvogne fra København, Århus og Odense, ligesom der er ca. 30 busser, der beskriver 140 års udvikling i busdrift.

Kl. 15:30 mødes vi i den gamle Valby Remise til kaffe og brød. Kørsel til museet foregår som samkørsel. Betaling til chauffør sker efter dagens takst.

- Pris medlemmer: kr. 300.
- Pris ikke medlemmer: kr. 320.
- Tilmelding og betaling online via hjemmesiden fra 7. februar 2023 og senest 31. maj.

*Arrangementsansvarlig:
Ole Løndal, telefon 5362 2625.*

Korpela-Andersen

ADVOKAT

Hvem er dine arvinger?
Opret testamente og giv din arv til de rette arvinger.

Hos advokat Korpela-Andersen får du et gratis formøde, så du kan få en indledende vurdering af, om din sag er værd at gå videre med.

**HUSK
Gratis
formøde**

**Advokatfirmaet
Korpela-Andersen**

Bækkeskovvej 9
2665 Vallensbæk Strand
Tlf. 43542007

Hjortholmsvej 2
2830 Virum
Tlf. 45950030

korpela@korpela.dk
www.korpela.dk



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

Grillparty i landlige omgivelser

Whisky Tema

Arrangement: 337
Lørdag den 5. august 2023 kl. 17:00
Forventet slut tid: kl. 22:45
i Vallensbæk.
Mødested:
Korsagergård ved busen, Vejle-
gårdsvej 121, 2625 Vallensbæk.

Få en fornøjelig aften med lækker grillmad bestående af flere forskellige slags whiskymarineret kød. Tilbehør kartofler, salater og sauce. Derudover konditorens særlig udvalgte dessert. Drikkevarer er for egen regning. Country/blues/rock-band Edisons leverer hits fra 1950/60'ernes ikoner, eks. Elvis Presley, Buddy Holly, Johnny Cash, Everly Bro-

thers o.m.fl.. Måske har nogen lyst til en swing om.

Vi sidder i den idylliske gårdhave som grænser op til gadekæret. I dårligt vejr er der overdækket ved vores pladser.

- Vi har reserveret til max. 50 personer. Arrangementet gennemføres ved minimum 30 personer.
- Pris medlemmer: kr. 275.
- Pris ikke medlemmer: kr. 295.
- Tilmelding og betaling online via hjemmesiden fra 7. februar 2023 og senest 15. maj.



Arrangementsansvarlig:
Inge Mauritzen,
telefon 2096 3090.

HJÆLP!!

Har du god viden om it og internet og har du lyst til at lære fra dig?



I Ældre Sagen hjælper frivillige med at klæde ældre på til en digital hverdag. Bliv eksempelvis frivillig underviser på it-kurser, it-hjælp i hjemmet og/eller hjælp på Kultur- og Borgerhuset. Del din viden med andre, der ønsker at blive bedre til at bruge pc og internet.

Den digitale og teknologiske udvikling er konstant og udfordrer os til at lære gennem hele livet.

Derfor har vi brug for dig. Du bruger nogle få timer om året, eksempelvis strækker vores Windows kurser sig over 8 x 2 timer forår og efterår.

Du kan være med et par gange, så du kan se og opleve, hvad det kræver.

Og du vælger selv omfang af din hjælp.

Kontakt Ole Løndal, londal@webspeed.dk eller 5362 2625.

Hotel Højskole på Hotel Dolphin Herning

Arrangement: 342

**Mødetid: Mandag den 30. oktober
2023 kl. 10:00**

**Mødested: Vallensbæk – nøjagtigt
mødested oplyses senere
Med bus til Herning**

Vi tager på Hotel Højskole i Herning. Hotel Højskolen er tænkt som 4 dage med højt til loftet. Glad sang, skøn mad, store oplevelser og vigtigst af alt mødet med fantastiske mennesker. Man har virkelig kræset om programmet. Man kommer bagom og rundt om kunsten på en helt særlig og personlig måde. Samtidig får man kunstnerne på tæt hold og kan mærke, hvem de er. Basen er

Dolphin Hotel Herning, et skønt 3-stjernet hotel med 5-stjernet hygge. Hver aften serveres en 2-retters menu i de hyggelige omgivelser.

Dag 1 Ankomst

Bussen ankommer til hotellet senest kl. 15:00

Dagen afsluttes med en 2-retters velkomstmiddag og lidt fælles-sang.

Dag 2 Besøg hos kunstnerpar og Grønhøj Kro.

Efter Dolphins flotte morgenmads-

Vi søger deltagere til Whistklubben

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.***

Hotel Dolphin, Herning



buffet køres der med bussen til besøg hos kunstnerparret Jørgen og Inger Pedersen. Først besøger man deres fantastiske atelier, og dernæst ser man deres utrolige hjem fyldt af et helt liv med kunst.

Derefter køres der til Grundfos i Bjerringbro for at se et af Jørgen Pedersens hovedværker, plus et kort holdt ved Bjerringbro Kirke, hvor et andet af hans værker står uden for kirken.

Sulten begynder at melde sig, og vi kører til Grønhøj kro, hvor der serveres frokost hos kromanden Gregers, der også synger et par sange.

Dag 3 Besøg hos Thomas og Katherine Eje på Sydals.

Der køres til Sydals, hvor Thomas Eje og hans hustru Katherine tager imod i deres hjem og galleri. Ægteparret fortæller om deres kunst

og liv, mens der serveres kaffe og lagkage.

Dag 4 Museer i Herning og intimkoncert med Anders Blichfeldt.

Efter Dolphins flotte morgenmadsbuffet og morgensang kommer Birgitte Damgaard og giver et levende oplæg om sin far Aage Damgaard. Derefter afhenter bussen gæsterne for at køre til skulpturparken og den Runde fabrik. Der vil være mulighed for et besøg på egen hånd i Kunstmuseet Heart og Carl Henning Pedersen og Else Alfeldt Museet i Birk. Hvis vejret tillader det, lægges vejen også forbi Ingvar Cronhammar Elia.

Herefter går turen tilbage til hotellet for at indtage en frokost, inden turen går til Tekstmuseet i Herning. Om aftenen efter midt dagen på hotellet nydes en in- ▶

Hotel Højskole på Dolphin Hotel (fortsat)

timkoncert med super populære
Anders Blichfeldt.

Dag 5 – Afrejse

- Antal deltagere: Min. 35 personer/
Max. 53 personer. Arrangementet gen-
nemføres ved minimum 35 personer.
- Tilmelding online via
hjemmesiden fra 7. februar 2023
og senest 31. marts.
- Pris: kr. 5.690 pr. person
i dobbeltværelse.
Tillæg for enkeltværelse:
kr. 400 pr. person.

Prisen inkluderer:

- Ophold i delt dobbeltværelse
eller enkeltværelse.
- Buskørsel fra Vallensbæk til
Herning samt busudflugter i 4-stjernet
luksusbus under hele arrangementet.
- Frokost på Grønhøj Kro samt
Dolphin Hotel Herning, 1x frokost-
sandwich.
- 4x2-retters middag.
(Drikkevarerne er for egen regning)
- Alle besøg hos kunstnerne
samt besøg på museerne.
- Betalingen opkræves direkte
af rejsearrangøren Ans Rejser.
- Eventuel afbestilling er
jf. Ans Rejsers betingelser.

*Arrangementsansvarlig:
Friederike Wenning,
telefon 2027 0907.*

Vi søger instruktører

Vi søger instruktører til stolegymnastik på Korsagergård, såvel afløsere som faste.
Ældre Sagen afholder sammen med Korsagergård stolegymnastik på
Korsagergård hver tirsdag kl. 10:15-11:15. Der er plads til max. 30 pr. gang.
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 indgå i en turnusordning
med de faste instruktører.

***Er du interesseret og gerne vil høre nærmere,
kan du ringe til Annette Kristensen på telefon 4037 5278.***

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-Lanng på telefon 2123 8298.***



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



Foto: Jerry Nielsen

Den 27. september var to politibetjente fra Vestegnens lokalpoliti og 2 fra politiets Forebyggelsesekretariat inviteret til at holde foredrag på Korsagergård om tricktyveri, IT-kriminalitet samt give information om indbrudssikring og beskyttelse mod overfald. 71 deltagere havde tilmeldt sig. Vi blev budt velkommen, og på en sprudlende og underholdene måde fik deltagerne 2 timers information om de forskellige områder, hvor vi skulle være på vagt. Alle var dybt imponeret over alle de områder,

der blev belyst. En af de første bemærkninger var dog, at man ude i samfundet lidt betragtede Vallensbæk som "Vestegnens Monaco", da man måtte sige, at i forhold til andre kommuner var der utrolig lidt kriminalitet sammenlignet med antallet af borgere. Det drejede sig både om overfald, drab, indbrud, tricktyverier med ens Dankort eller køb på nettet. Betjentene fortalte på skift om, hvordan man skulle tage højde for telefonopringninger med numre, man ikke kendte. Hvordan man kunne sikre ens bopæl, hvordan ►

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

Politiforedrag

(fortsat)

man skulle passe på indkøb på nettet og om ikke at åbne de falske sms eller mail, der poppede op på ens telefon eller computer m.m. Nabohjælp var også på programmet. Ordet var frit, og flere af deltagerne havde spørgsmål til bl.a. cykeltyverier, ting der blev hentet på ens bopæl dagen før

storskrald. Hvad man gjorde, når nogen gik og fotograferede ens hus, hvornår man skulle ringe til politiet 114 o.s.v. Til sidst fik vi at vide, at vi skulle leve vores seniorliv, invitere nogle mennesker hjem og bare huske at tænke os om i det daglige. Efter 2 timer må vi sige, at alle roste dette foredrag helt til skyerne, inden de gik hjem.

Tekst: Inge Mauritzen

Ældre Sagen til Shubiduas two man show



Den 11. oktober var 40 deltagere fra Ældre Sagen på Korsagergård til et foredrag om Shubidua. Bosse, som var Shubiduas originale trommeslager og manden bag Shubiduas pladecovers 1-8 i den såkaldte gyldne periode, fortalte med et glimt i øjet om perioden

fra starten af 70'erne til starten af 80'erne. Derefter spillede og sang guitaristen Carsten og Bosse en række af Shubiduas kendte sange. En herlig eftermiddag, hvor flere kendte teksten og ikke kunne lade være med at synge med.

Tekst:/foto: Inge Mauritzen

HS.VVS

40 54 83 68

Vi strækker os længere...



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

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

Julebanko på Korsagergård



Tekst: Inge Mauritzen

Foto: Jerry Nielsen

Der var fuldt hus den 9. november, da Ældre Sagen i Vallensbæk afholdt det årlige Julebanko. Hurtigt blev der udsolgt, og der blev oprettet en venteliste, hvis nogle skulle melde fra i sidste øjeblik. Med utrolig mange henvendelser, om der mon ikke kunne klemmes flere gæster ind, må

vi sige, at dette arrangement er utrolig populært. Stort præmiebord med gode ”julepræmier” og sidegevinster til begge sider i alle spil. Sidste spil - pladen fuld - var en stor kurv med mange lækkerier. En festlig opråber gjorde, at vi allerede glæder os til at afholde Julebanko i 2023.

CGC

GOLF CAFÉ

*Om det er til hverdag eller fest
så er Jeanne mad bedst.*

Frokost-tilbud

3 stk. uspecificeret håndmadder,
1 stor alm. fadøl og en snaps

(Du kan få en alm. kop kaffe gratis, ved at vise dit kort fra Ældre Sagen)

115,-

*Menukort og åbningstider ændrer sig i løbet af året,
men du kan altid ringe til:*

Jeanne Falck Pedersen
Golfsvinget 16-20 • 2625 Vallensbæk
Mobil: 27 21 66 41 • cgc.cafe@gmail.com



Forbehold for prisstigninger.

Udflugt til Gavnø Slots julemarked

Ældre Sagen fik den 11. november en rigtig juleoplevelse på Danmarks Største Julemarked – Gavnø Julemarked. En bus med 30 gæster kørte os først til Karetmagerens Hus, hvor vi kunne sidde i den hyggelige pejsestue og få serveret lækkert smørrebrød. Utrolig hvordan 30

mennesker så hurtigt blev rystet sammen. Snakken gik ved alle 3 borde. Derefter blev vi kørt til slottet, hvor alle kunne gå rundt indendørs og både se på alle julerierne og stifte bekendtskab med de mange smagsprøver. Nogle købte juleting, andre satte sig og nød æbleskiver og gløgg. Udstillingen var meget stor, så på hjemturen var der rimelig ro i bussen.

Tekst: Inge Mauritzen

Så kom vi til Sprogø - og sikke en tur det blev



På vejen til Korsør fortalte turlederen om dengang, han arbejdede 3 dage på øen. Om højbroen med den indvendige kabelbane, som fører 2 personer gennem broen, om hvordan der døgnet rundt alle dage om året pumpes tør varm luft ind i broen, så der ikke opstår rustskader. Og om kablerne, som er samlet af 18640 ”tråde” på hver 5,38 mm og som i alt fylder 85 cm. i diameter. Et afklip af en tråd blev sendt rundt til besigtigelse.

Vi gjorde første stop ved Korsør Fæstning, hvor vi besøgte By og Overfarts Museet. Her fik vi gamle og nye historier om færger, overfart m.m. fortalt af 3 veloplagne frivillige. Vi fik derefter lejlighed til selv at gå rundt og se på alle de flotte skibsmodeller af gamle såvel som nye færger, hvordan det så ud, når der var

dækket fint op i restauranten på færgerne, model af skibssiden hvor man ventede på afgang og meget, meget mere. Et museum værd at besøge, og som ligger flot placeret.

Næste stop var frokost i en typisk ”truckercafe”, hvor der var bestilt flæskesteg med tilbehør. Rigelig, nærende og yderst velsmagende med sprøde svær, som de skal være. Mætte fortsatte vi med guide til Sprogø. Her vandrede vi op til fyret, hvor vi fik fortalt historier om øen, pigerne, tunnelen og broerne. Der blæste næsten en storm den dag, så guiden måtte gentage det meste i bussen, da ordene druknede i vinden på trods af, at hun var udstyret med mikrofon og højttaler. Vel nede igen i godt gennemblæst tilstand kørte vi en tur rundt på øen med stop under lav- såvel som under højbroen. Guiden fortalte her mere om

Så kom vi til Sprogø

(fortsat)

naturen på øen samt om al teknik og sikkerhed på broerne, så vi alle uden bekymring godt tør krydse Storebælt fremover.

Tilbage i Korsør sluttede vi af med kaffe og æbleskiver på cafeteriaet og mætte både i mave og hoved vendte vi hjemad efter en fantastisk dag.

Tekst/foto: Ole Løndal



På By og Overfarts Museet så vi hvordan det så ud, når der var dækket fint op i salonen på færgen Sjælland i 1886.

Café Husks 10 års fødselsdag

Den 4. oktober kunne Café Husk fejre 10 års fødselsdag i Højstruphave. 20 beboere mødte op på dagen, nogle med deres pårørende. Fra Ældre Sagen deltog Erna Ploug Andersen og Vita Müller, som begge har været med i alle 10 år samt Bill Søndergaard, som har været med i 1 år. Fra Højstruphave deltog demenskoordinator Vibeke Hansen. Først bød Erna Ploug Andersen velkommen. Allan Steen, som har været fast gæst i alle 10 år til at komme og spille på sit klaver, mødte frisk op og gik straks i gang med at spille melodier ud fra sit dejlige repertoire. Derefter blev der serveret champagne og kranskekage. Senere på eftermiddagen fik man kaffe og pindemadder. Jytte Bendtsen, som er viceborgmester og formand for social-og sundhedsudvalget i Vallensbæk kommune, holdt tale. Solveig Fuglesang, som var en

af de pårørende, havde digtet en sang, som blev omdelt og sunget – flot og man klappede begejstret bagefter. Beboerne fik nu en sangbog hver. De blev delt i 2 grupper, og på skift måtte hver gruppe vælge en sang fra bogen, som så blev sunget. Senere stod Bill Søndergaard for en konkurrence. Det gik ud på, at man hørte lidt af en sang, og så skulle man gætte, hvad den hed, hvem der havde sunget den, og til sidst hvad årstal den var sunget første gang. Det var f.eks. ”Om lidt er kaffen klar” - ”Disco Tango” - ”Ensom dame 40 år” m.fl. Aage Bruus, som i dag er 89 år og tidligere har sunget i Vallensbæk koret, rejste sig på et tidspunkt og spurgte Allan Steen, om han måtte synge en sang. Det blev til melodien ”New York, New York”. Fantastisk at kunne huske denne tekst i den alder. Dagen sluttede af med et par fællessange mere, og mon ikke beboerne hyggede sig.

Tekst: Inge Mauritzen

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

IT-kurser og tilbud om IT-hjælp – forår 2023:

IT-kursus: Iphone og IPAD

Arrangement: 345

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

Medbring din IPad og iPhone i opladt stand.

Kursussted:

Kultur- og Borgerhuset onsdag den 1.3. og 8.3. i lokale Skyen og onsdag den 15.3. i lokale Sletten alle 3 dage fra klokken 10:00-12:00

Pris medlemmer: kr. 50,00.

Tilmelding og betaling online via hjemmesiden fra 7. 2 2023 og senest 20.2 2023..

Arrangementsansvarlig Ole Løndal



IT-kursus: Windows 11

Arrangement: 344

Gennemgang af Windows 11, opbygning, sikkerhed m.m.

8 mandage i Kultur- og Borgerhuset, lokale Skyen følgende dage: 27.2., 6.3., 13.3., 20.3., 27.3., 3.4., 17.4. og 24.4. Alle dage klokken 15:00-17:00.

Medbring din pc i opladt stand med Windows 11 installeret.

Tilmelding og betaling online via hjemmesiden fra 7.2 og senest 20.2 2023.

Arrangementsansvarlig Ole Løndal

Gratis 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

HyggeCafé

i Pilehavehus

Kom og vær med til et par hyggelige timer i caféen. Der serveres kaffe, kage og levende musik.

Vi holder åbent på følgende lørdage i 1'ste halvår af 2023:

Lørdag den 11. februar kl. 14.-16.

Lørdag den 11. marts kl. 14.-16.

Lørdag den 8. april kl. 14.-16.

Lørdag den 13. maj kl. 14.-16.

Lørdag den 10. juni kl. 14.-16.

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 komme i gang igen og have nogle hyggelige timer sammen med jer, så kom og vær med.

Din Kliniske Tandtekniker

GRATIS TANDPROTESER

Laver vi ikke, men til gengæld har vi faste lave priser



Klinikken har været i familiens eje gennem 50 år og siden 2017 med mig som indehaver. Vi har derfor stor erfaring og fremstiller på eget laboratorium, hvilket giver optimal og kortere behandlingstid.

Venlig hilsen
Lise-Lotte Laugesen
Indehaver

Priseksempler:
Helprotese 6.250,- Stål-unitør 9.915,-
Klikprotese med 3 tryklåse 12.001,-

Hvorfor vælge en klinisk tandtekniker?

En klinisk tandtekniker er specialist i at lave **ALLE** former for tandproteser **HELE PROTESER, DELPROTESER og TRYKLÅSPROTESER/IMPLANTATPROTESER.**

Efter 5 ½ års uddannelse kan din kliniske tandtekniker stå for selve patientbehandlingen i stolen og fremstiller også selv protesen på eget laboratorium. Smilet rekonstrueres evt. efter gamle billeder og tilpasses direkte i munden i tæt samarbejde med patienten.

Ring og få gratis konsultation på tlf. 43 73 45 06

KLINISK TANDTEKNIKER

Lise-Lotte Laugesen
Vallensbæk Strandvej 288
2665 Vallensbæk Strand
www.infotand.dk

Bus 300 S
og 5-tog
lige i
nærheden

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/l 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...

Europas største
vinforretning
på over 2.000 m²

SKOVGAARD VINE

Vallensbækvej 6 · 2605 Brøndby · Tlf. 70 22 66 19

Aktivitet	Hvornår	Sted	Kontakt
Badminton 1	Tirsdag kl. 11.15-12.45 Torsdag kl. 11.20-12.20	Idrætcenteret	Lizzie Clausen Tlf.: 2339 6252
Badminton 2	Onsdag kl. 14.30-16.00 Fredag kl. 11.20-12.20	Idrætcenteret	Jette Knudsen Tlf.: 3058 6986
Bowling	Onsdag kl. 14.00-16.00	Glostrup Bowlingcenter	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 side 23	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. 10.00-13.00	Idrætscentret v. tennisbatterne	Jan Dyppel 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	Tirsdag kl. 10.00-11.30	Pilehave skolens svømmehal	Inge Guldberg Tlf.: 5116 2204
Whist	Torsdag 12.00-15.00	Korsagergaard	Bjarne Hansen Tlf.: 4364 9448

Husk at checke mødested og tid inden du tager afsted

Lokalbestyrelsen og tilforordnede



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

Ole Løndal

Løkketoften 35,
2625 Vallensbæk
Tlf.: 5362 2625
Mail: londal@webspeed.dk

■ Kasserer

Else Kock Christensen

Nordmarksvænge 89,
2625 Vallensbæk
Tlf.: 2299 0693
Mail: else.kock@gmail.com

■ Sekretær

Bill Søndergaard

Hyttesvinget 13,
2665 Vallensbæk Strand
Tlf.: 4025 9781
Mail: bill.soendergaard@gmail.com

Bestyrelsesmedlemmer

Erna Ploug Andersen

Kolleruplund 46,
2665 Vallensbæk Strand
Tlf.: 2092 0487
Mail: balderploug@gmail.dk

Jette Andreasen

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 Andreasen

(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**

■ 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
1. halvår af 2023.**

- 7. februar.** Kaffe, kage og musik.
- 7. marts.** Kaffe, kage,
sandwich og musik.
- 4. april.** Kaffe, kage og musik.
- 2. maj.** Kaffe, kage og musik.
- 6. juni.** Kaffe, kage og musik.

*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.Vallensbaek.187
@aeldresagen.dk

Medredaktør og layout:
Finn Hillmose
Mail: hillmose@mail.dk
Korrektur:
Inge Guldberg
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 august 2023.

Der tages forbehold for
trykfejl og prisstigninger.