



**Der tages forbehold for eventuelle  
prisændringer**

# **Ældre @ Sagen**

**Nakskov – Rudbjerg**



**Program**

**September 2024 – September 2025**

## Arrangementer

### Den årlige julefrokost

**Torsdag den 5. December 2024 kl. 13.00**

Sted: Skovridergården, Nakskov  
Husk tilmelding fra 21. oktober 2024  
til Ingelise tlf. 61 73 14 94  
og gyldigt medlemskort.

Pris 295 kr. Indsættes i Lollands Bank

**Reg.nr. 6520 kontonr. 4161938**

**Eller Mobile-Pay 23091**

### Årsmøde

**Torsdag den 6. marts 2025 kl. 17.00**

Sted: Skovridergården, Nakskov  
Ved arrangementet efter årsmøde serveres  
der

Skovridergryde med kartoffelmos

Husk tilmelding fra 10. februar 2025

til Ingelise, tlf. 61 73 14 94

og gyldigt medlemskort.

Pris 125kr. Indsættes i Lollands Bank

**Reg.nr. 6520, kontonr. 4161938**

**Eller Mobile-Pay 23091**

## **Ældre-Sagen Nakskov—Rudbjerg**

### Lokalbestyrelsen

Ingelise Larsen

Formand

Telefon 61 73 14 94

Mail: aesnaskov@gmail.com

Kisten Margrethe Pedersen

Næstformand

Birgit Kristoffersen  
Bestyrelsesmedlem

Hanne Sørensen  
Bestyrelsesmedlem

Kirsten Christensen  
Bestyrelsesmedlem

Ellen Lamberth  
Bestyrelsesmedlem

Boye Friis  
Bestyrelsesmedlem

Betty Husted Madsen  
Bestyrelsesmedlem

Finn Mortensen  
Bestyrelsesmedlem  
Kasserer, Webmaster  
Redaktør Det Sker samt ,IT undervisning

### Suppleanter

Steen Petersen  
Jørn Husted Madsen  
Vinni Frederiksen

## **Bisidder**

Har du behov for støtte ved samtaler med det offentlige, Læger eller andet sundhedspersonale, kan vi tilbyde en Bisidder. Bisidder har altid tavshedspligt

Henvendelse til: Ilse Stenkjær

Telefon: 50571602



## **Besøgsvenner**

Har du lyst og overskud, så meld dig som besøgsven, og vær med til at skabe glæde for en ensom medborger. Et ugentlig besøg på ca. en times varighed kan give stort indhold i tilværelsen, når man er ensom.

Meld dig som besøgsvej hos:

Betty Husted Madsen

Telefon: 20471651

bettyaasberg@gmail.com



## **Rejser**

### **Løvfaldstur til Skjoldnæsholm og Braunstein bryggeri i Køge**

**Den 27-28 september 2024**

**Vi bor på Hotel Comwell Køge**



**Formiddagskaffe og wienerbrød ved bussen  
Entre Braunstein bryggeri, 4 øl smagninger samt  
frokost inkl.**

**Overnatning med 1/2 pension Comwell**

#### **2. Dag**

**Efter morgnemaden køres til Sporvejsmuseet  
Skjoldnæsholm entre inkl.**

**På hjemturen er der spisning med en to retters  
menu et sted på Lolland inkl. i prisen  
Pris i delt dobbeltværelse.**

**Kr.1980.-**

**Tillæg for enkeltværelse Kr.280.-  
Tilmelding efter først til mølle fra nu  
Turen gennemføres ved 30 deltagere.**

**Program kan afhentes efter aftale**

**Telefon 61 73 14 94**

## Rejse til Tyskland Celle

**Walsrode Fuglepark Hannover**

**Hamburg med Kanalrundfart**



**Den 20 juni– 24. juni 2025**

**4 overnatninger med halvpension**

**Hotel Hesse i Celle**

**Udflugt en dag Walsrode med entre og frokost. En dag Hannover besøg slot og Neues Rathaus med entre og billet op i kuplen.**

**Hamburg med kanalrundfart**

**Pris i dobbeltværelse pr. person**

**kr.4980.-**

**Tillæg for enkeltværelse kr. 800.--**

**Program kan hentes efter aftale**

**Telefon: 61 73 14 94**

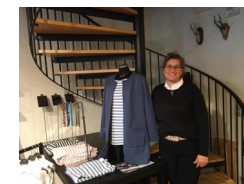
**Tilmelding efter først til mølle fra nu**

**Turen gennemføres ved 30 deltagere**

## **Modeopvisning Butik Berit**

**Nybrogade 1**

**2024**



**Torsdag den 24. oktober kl. 18.30**

**Tilmelding nødvendig  
til Ingelise, tlf. 61 73 14 94**

**Pris gratis**

**OBS OBS OBS**

**Sorg og livsmod gruppe**

**Gruppen har opstart den 1. november 2024**

**Kontaktpersoner**

**Margrethe Sigvard Madsen**

**Telefon: 30 29 24 55**

**Mail: [margrethe.sigvardt@gmail.com](mailto:margrethe.sigvardt@gmail.com)**

**Eller: Kirsten Mortensen**

**Telefon 20 89 26 13**

**Mail: [kirstenmo@outlook.dk](mailto:kirstenmo@outlook.dk)**

## Onsdagscafé

**Alle onsdagscaféer foregår i  
Sundhedscentret, Konferencen  
Hoskiærsvvej 17, 1. sal, Nakskov  
med mindre andet er nævnt**

Tilmelding til:

Birgit, tlf. 54 92 47 37 eller

Hanne, tlf. 54 94 47 18

Senest mandag inden cafeen

Pris 40 kr. pr. gang ved almindelige cafeer

Betal gerne MobilePay 23091

Husk: Tilmelding og kop

**Vi har et samarbejde med Nakskov Billard Klub**

Spilledage fra 2. september 2024

Mandage mellem klokken 9.00-13.00

I den gamle sportshal

Pris for 3 måneder kr. 200,-

Perioden kan forlænges efter ønske

Kontaktperson: Jørn Saaby

Telefon : 26 69 32 47



## Rejse til Rudbøl-Fanø- Sild

**Frokost udturen Christiansfeld  
Besøg i Tønder- frokost i Fredericia**

**Den 17 august-20. august 2025**



**3 ovenatninger med halvpension**

**Rudbøl Grænsekro**

**En dag udflugt Sild en dag Fanø**

**Besøg Tønder**

**Pris pr. person i delt dobbeltværelse**

**Kr. 3980.-**

**Tillæg for enkeltværelse kr. 500.--**

**Program kan afhentes efter aftale**

**Telefon: 61 73 14 94**

**Tilmelding efter først til mølle fra nu**

**Turen gennemføres ved 30 personer**

## Endagstur

Den 31. oktober 2024

**København med besøg**

**Det Kgl. Teater bag scenen kl.15.30**

**spisning**

**Restaurant Rio Bravo kokken 13.00**



**Pris kr. 375.-**

**Tilmelding 61731494**

**fra den 8. oktober. Kl. 9.00**

**Efter først til mølle**

**Indbetales MobilePay 23091 eller netbank**

**6520 konto 4161903**

*Deltagerne skal være selvhjulpne*

*Der er trapper på teatret ,derfor ikke muligt*

*at anvende roulator der.*

## Aktiviteter og undervisning

Frivilligcentret, Hoskiersvej 17, 1. sal

Lokale: Lime

CAFÉ VERA

kl. 13.00 — 15.00

**Torsdag den 3. oktober 2024**

**Torsdag den 7. november 2024**

**Torsdag den 6. februar 2025**

**Torsdag den 6. marts 2025**

**Vi mødes til hygge og en let anretning,  
samt kaffe og kage.**

**Medbring selv service og et vinglas**

**Caféen er kun for damer.**

**Tilmelding senest mandagen  
før arrangementet**

**til Ingelise Larsen, tlf. 61 73 14 94**

**Deltagerbetaling 85,00 kr. pr. gang**



## Aktiviteter og undervisning

Frivilligcentret, Hoskiersvej 17, 1. sal

Lokale: Lime

CAFÉ VICTOR

kl. 13.00 — 15.00

Torsdag den 24. oktober 2024

Torsdag den 28. november 2024

Torsdag den 23. januar 2025

Torsdag den 27. februar 2025

Vi mødes til hygge og en sildemad,  
samt en øl og en snaps.

**Caféen er kun for mænd.**

Tilmelding senest mandagen  
før arrangementet

til Boye Friis tlf: 54 92 85 47

Deltagerbetaling 85,00 kr. pr. gang



## Rejse til Tyskland

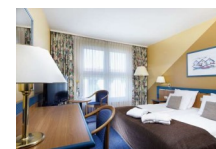
2 dages Forårstur til Wismar

28-29. april 2025

Afgang fra Madsen 6.45 Banen kl. 7.00 Morgen  
Buffet på Gedserfærgen. Besøg Sektkellerei i  
Wismar med smagprøver.

Overnatning Hotel Wyndhan Garden

Med 1/2 pension



2. Dag

Besøg på slottet i Schwerin ink. entre  
Dagen afsluttes med Aften buffet på fægen  
fra Rostock

Pris kr. -2280,- pr person

i delt dobbeltværelse

Tillæg for enkeltværelse kr. 250-

*Turen gennemføres ved 30 personer*

Tilmelding fra nu efter først til mølle

Tlf: 61 73 14 94

## Spisearrangement for medlemmer

### Restaurant Skovridergaarden



**2 oktober 2024 kl. 13.00**

2 retters menu samt kaffe

Kr. 150,-

Tilmelding fra 11. september kl. 9.00 til

Tlf. 61731494

Beløbet bedes indbetalt efter tilmelding

Mobile-Pay 23091 eller i netbank

6520konto4161938

Max 75 personer efter først til mølle

### Onsdagscafe` Foredrag

**16. oktober 2024 kl. 10.00 — 12.00**

Susanne April Hansen g Jan Bentø fra

Lolland Kommune

Fortæller om Demens

Pris kr 40,-

Sted: Konferencen. Husk kop

Danmark har fået et nyt sym  
til mennesker med demens



## Aktiviteter og undervisning

### Lime Lokale

**Suppe, hygge og måske en god historie**



Onsdag den 9. oktober 2024

Onsdag den 13. november 2024

Onsdag den 15. januar 2025

Onsdag den 12. februar 2025

Alle ovenstående onsdage kl. 11.30-13.30

Tilmelding senest mandagen kl. 12

før arrangementet til

Birgit, tlf. 54 92 47 37

Hanne, tlf. 54 94 47 18

Pris: kr. 75-



## Aktiviteter og undervisning

### Petanque



Onsdag den 7. maj 2025 kl. 14.00 — 16.00

Petanque spilles hver onsdag.

Sted: Petanque-banerne  
ved Naskov Idrætscenter.

Tilmelding ikke nødvendig.

Bare mød op med det gode humør  
og få et par timer med hyggeligt samvær.

Både for begyndere og øvede.

Gebyr: 80 kr. for hele sæsonen

### Bowling



Torsdag den 26. september 2024 kl. 15.00

og derefter hver torsdag.

Tilmelding til Ellen Lamberth, tlf 29 89 27 82

Pris pr. gang 65 kr, som betales direkte til

Bowlingcentret

## Onsdagscafe`Foredrag

6.november 2024 kl. 10.00-12.00

### Monica Wichfelt

Fra Irland til Lolland som godsejerinde og  
modstandskvinde under 2. verdenskrig

v/ Per Lohse



Pris kr. 40,-

Sted: Konferencen. Husk kop



## Onsdagscafé

20.november 2024 kl. 11.00 — 14.00

Portvinssmagning/Julehygge

v/ Finn Andersen

Kaffe og smagsprøver med tilbehør

Sted: Konferencen. Husk kop og glas 

Pris kr. 50,00

God Jul

## Onsdagscafé

### Foredrag

**8. januar 2025 kl. 10.00 — 12.00**

Peter Freuchen Grønlands eventyrens liv

v/Otto Paludan



Sted. Konferencen. Husk kop

Pris kr. 40.-

## Onsdags Cafe

### Foredrag

**22. januar 2025 kl. 10.00 — 12.00**

Sognepræst Henrik Gade

Fortæller et nyt spændende foredrag

Sted: Konferencen. Husk kop

Pris kr. 40.-

## Aktiviteter og undervisning

### Stolegymnastik

Let motion for alle



**Tirsdag den 6. august 2024 kl. 14.30 — 15.30**

og derefter hver uge

Sted: Skovcentret

Tilmelding. Kirsten Christensen tlf. 51359956

Gratis

### Gåture / motion for alle aldre



**Mandage kl. 10.00 — 12.00**

Sted: Cirkuspladsen, Nybro.

Kontaktperson: Kirsten Christensen

Telefon 51359956

Gratis

## Aktiviteter og undervisning

### IT undervisning

For begyndere og let øvede



Tirsdag den 1. oktober 2024

Hjælp til at komme i gang med borger.dk,  
sundhed.dk, E-boks

Tirsdag fra kl. 10.00 — 12.00

Vi tager udgangspunkt i den enkelte deltagers  
hverdags IT problemer

Kontakt: Finn Mortensen tlf. 20101370

Gebyr. 150 kr. inkl. materialer



## Onsdagscafé

### Foredrag

5. februar 2025 kl. 10.00 — 12.00

Det Jødiske samfund i Nakskov

gennem 300 år.

v/Ole Munksgaard



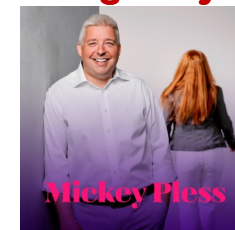
Sted Konferencen husk kop

### Onsdagscafe

19. februar 2025 kl. 10.00-12.00

Musikalsk foredrag med indslag og sange

**v/Mickey Pless fra Nykøbing Revyen**



Sted: Konferensen. Husk kop

Pris kr. 40.-

## Vinsmagning

**5. marts 2025 kl. 11.00-14.00**

Vinsmagning med Viggo Vestergaard

Husk glas på stilk.

**Pris kr. 95.00**



## Engelsk



**Tirsdag den 17. sept. 2024 kl. 10.00 — 12.00**  
og derefter hver tirsdag. Medbring kop!

**Hold for let øvede**

Kontakt og tilmelding:

Underviser Kirsten Larsen, tlf. 51 50 00 43

**Gebyr: 250 kr. inkl. materialer**

## Aktiviteter og undervisning

### Tysk



**Fredag den 20. september 2024**

**Øvede og let øvede kl. 10.00 — 12.00**

Kontakt: Inger Jensen

Tlf. 21 70 92 01

**Gebyr: 250 kr. inkl. materialer**

### Engelsk



**Tirsdag den 24. sept. 2024 kl. 10.00 — 12.00**  
og derefter hver tirsdag.

Engelsk samtalegruppe v/Bo Bavngaard

Kontakt: Ellen Lamberth

Tlf. 29 89 27 82

**Gebyr: 250 kr. inkl. materialer**

**Medbring kop**