

## Aktiviteter fortsat

### Sangkor:

Kontakt: Carsten Kirkegaard tlf. 40 17 10 74



### Stavgang:

Kontakt: Hanne Hvid Poulsen tlf. 60 62 11 77



### Gymnastik:

Kontakt: Tenna Petersen tlf. 98 46 10 71



### Badminton:

Kontakt: Jens Ole Sørensen tlf. 21 26 12 11



### Skubbere:

Kontakt: Hanne Staun tlf. 30 34 13 48



### Motionscykling:

Kontakt: Hanne Staun tlf. 30 34 13 48



### Cykling - få vind i håret

Sæby - Preben Sørensen tlf. 23 96 89 20

Østervrå - Annette Simonsen tlf. 23 30 61 40



### Bridge:

Kontakt Poul Erik Johansen tlf. 60 62 07 30



### Whist:

Kontakt: Henry Andresen tlf. 26 25 16 68

### Krølf: Inde- og udendørs

Kontakt: Kurt Sørensen tlf. 24 41 03 05



### Petanque: Inde- og udendørs

Kontakt: Lars P. Nielsen tlf. 51 30 54 02



### Floorball:

Kontakt: Bo Baake tlf. 40 86 40 49



### Indefodbold:

Kontakt: Ingelis Studsbjerg tlf. 28 45 14 68

# Ældre @ Sagen

## Sæby lokalafdeling



Vi har brug for hinanden  
- Der er brug for alle

Alle har behov for kontakt med andre mennesker.  
Når man er yngre, er der et netværk, som man selv er en del af.

Når man bliver ældre, ændrer det sig ofte, især hvis familien ikke bor i nærheden. -

Ensomheden melder sig måske og hermed behovet for hjælp.

**Ældre Sagen Sæby** kan bl.a. tilbyde:

**Bisidder** til møde med offentlig myndighed, advokat eller lignende  
kontakt **Kurt Jensen tlf. 21 26 61 92**

**Telefonven-** hvis du ønsker en at snakke med.  
Ældre Sagens tlf. **82 82 03 00** hverdage kl. 10—15

**Besøgsven** - hvis du ønsker en besøgsven.  
Måske kunne du tænke dig at blive besøgsven.  
Er du interesseret i at høre nærmere.  
kontakt: **Ove Pape tlf. 61 67 05 36**

**Ledsager** til læge sygehus. bank, posthus, bibliotek  
følgeskab til indkøb. Kontakt  
**Grethe Grotum Christensen tlf. 23 46 99 61**

**Plejhjemsvenner**  
Sammen med andre være med til at hygge om  
Beboerne. Vil du høre nærmere så  
kontakt **Inger Nielsen tlf. 20 30 37 52**

**Vågetjeneste** Vil du høre nærmere så  
kontakt **Hanne Hemmingsen tlf. 60 95 05 11**

## **Tavshedspligt er en selvfølge**

**Hjælpende Hånd** Små praktiske problemer i hjemmet, opsætte gardinstænger, flytte lamper og lign. som ikke kræver autoriserede håndværkere.  
kontakt: **Sven Thomsen tlf. 98 46 17 31** eller

**Torben Sørensen tlf. 21 67 07 26**

## **Advokathjælp**

Der er mulighed for at få gratis advokathjælp  
1. tirsdag hver måned kl. 12.30 - 13.30 minus juli-aug.  
i Ældre Sagens lokale Krystalgade 1. 1.sal  
(over Krystalcaféen)

## **Netcafé**

Krystaltorvet 1. 1.sal  
Hjælp til PC, iPad og Mobiteleson  
Fra september til april inkl. hver tirsdag kl.10 -11.30  
i Ældre Sagens lokale Krystalgade 1. 1.sal  
(over Krystalcaféen)

## **Telefonkæden**

**Alle kan være med.**

At være med i telefonkæden  
betyder tryghed i hverdagen.  
Du vil blive ringet op hver morgen mellem  
Kl. 8.00 og kl. 9.00.

Er du interesseret i at høre nærmere så  
kontakt:

**Vivi Krogh** tlf. 21 74 67 40  
eller

**Karen Jensen** tlf. 29 93 35 64



## **Krystalcaféen**

på Krystaltorvet



**åbningstid:** mandag-fredag kl. 10 - 12 og 14—16  
lørdag kl. 10 - 12

Har du lyst at blive cafévært  
Kontakt: **Inger Nielsen tlf. 20 30 37 52**

## **Aktiviteter:**

### **Herreklubben**

Kontakt: **Ole Berg tlf. 25 27 04 00**

