

**Ældre Sagen
Ribe Lokalafdeling**



PROGRAM
Efterår 2024 til forår 2025



Online tilmelding og betaling via vores hjemmeside

www.aeldresagen.dk/ribe.

Ved problemer, ring så endelig til kontaktpersonen.

Hele året

Whist og Rommy, Aktivitetscentret Egebæk-Hviding, Egebækvej 30

Mandage i lige uger kl. 13.30-16.30. Dog ikke helligdage.

Ingen tilmelding/gratis. Kontakt Kaj 4095 4274.

Whist, Vindrosen, Tangevej 6

Tirsdays kl. 13.30-17. Dog ikke helligdage.

Ingen tilmelding/gratis. Begyndere bedes kontakte Aase 2360 6534.

August/September 2024

Sæsonstart – Canasta, Vindrosen, Tangevej 6

Torsdag 15. august kl. 10-12. Derefter torsdays til og med 22. maj.

Ingen tilmelding/gratis. Medbring selv kaffe. Kontakt Lilian 4119 1840.

Sæsonstart - It-café, Vindrosen, Tangevej 6

Mandag 2. september kl. 13-15. I it-caféen hjælper vi med ting, som ikke lykkes hjemme, enten på den bærbare PC, tabletten eller smartphonen. Mød blot op.

Hver mandag til 25. november og igen 6. januar til 28. april. Kontakt Bente 3024 3880.

Sæsonstart – Sang - vi synger sammen, sted annonceres

Onsdag 4. september kl. 14-16. Derefter onsdays til udgangen af april.

Dog ikke onsdag før Påske og et par onsdays i december.

Ingen tilmelding/gratis. Medbring selv kaffe. Kontakt Lilian 4119 1840.

Sæsonstart – Tysk, Vindrosen, Tangevej 6D

Onsdag 4. september kl. 15.30-16.30. Derefter onsdays til november.

Gratis. Kontakt Ruth 5183 8409.

Underholdning med Anders Munch, Fritidscentret

Torsdag 5. september kl. 14-16

Anders Munch synger sange fra Kim Larsen og Gasolin. Han har siden 1995 turneret med velkendte sange som ”Kvinde min” og ”Midt om natten”. Pris 60 kr.

Online tilmelding/betaling. Kontakt Birthe 4076 7125 eller Lilian 4119 1840.

Sæsonstart (efterår) – Træning af hjerne og krop, seminariehuset, Teatersalen

Tirsdag 10. september kl. 9-10. Sidste gang 19. december. Vi træner balance, syn, samsyn og fokus på en sjov måde, får lidt sved på panden og udfordrer de små grå.

Tilmelding til ét hold og derefter til en venteliste med henblik på oprettelse af et ekstra hold. Pris 400 kr. Online tilmelding/betaling. Kontakt Knud 2449 7472.

Sæsonstart – Yoga, Fritidscentret

Onsdag 11. september tre hold hhv. kl. 9-10, kl. 10-11 og kl. 11-12.

Derefter onsdays til udgangen af marts. Pris 800 kr. Online tilmelding/betaling.

Kontakt Knud 2449 7472.

Sæsonstart - Hyggeformiddag for mænd, se hjemmeside for mødested
Onsdag 11. september kl. 10-13

Derefter 2. onsdag i hver måned til og med maj. Pris normalt 50 kr. + tillæg ved nogle arrangementer. Online tilmelding/betaling separat til hvert arrangement. Kontakt Søren 6161 6799.



Sæsonstart - Slægtsforskningscafé, Vindrosen, Tangevej 6

Onsdag 11. september kl. 13-15. Hver onsdag til 27. november og igen 8. januar til 30. april. Alle slægtsforskere er velkomne med egen PC. Nye deltagere bedes kontakte Ove 6166 3880.

Sæsonstart – Gymnastik, seminarieHuset, Multisalen

Torsdag 12. september kl. 9-10. Derefter torsdage til udgangen af marts. Pris 200 kr. Online tilmelding/betaling. Kontakt Knud 2449 7472.

Sæsonstart – Kreativt samvær, sted annonceres

Torsdag 12 september kl. 13.30-16.30. Derefter torsdage i ulige uger til udgangen af april. Vi mødes i et kreativt miljø. Ingen tilmelding/gratis. Medbring selv kaffe. Kontakt Irene 2960 5616.

Søndagscafé, Bøge Allé 2, 15. september kl. 12.30

Mad og drikke, kaffe og småkager. Pris 175 kr. Online tilmelding/betaling. Kontakt Hanne 5154 7982.

Seniorbio, seminarieHuset, indgang C, tirsdag 17. september kl. 16.15

Ingen tilmelding/gratis.

Hold hjernen skarp - Ældre- og sundhedskonsulent Lis Puggaard, Fritidscentret

Onsdag 18. september kl. 14-16. Lis Puggaard fortæller om, hvordan hjernen fungerer, og hvordan den kan/skal trænes og vedligeholdes i hverdagen. Kaffepause indlagt. Online tilmelding/gratis. Kontakt Knud 2449 7472.

Sæsonstart – Mad og mænd, madkundskabslokalet, Ansgarskolen

Mandag 23. september kl. 18-22. Derefter hver anden uge. Venteliste. Kontakt Kjeld 2464 5806 / eller Ole 4014 8709.

Sæsonstart – Madlavning for mænd, madkundskabslokalet, Ansgarskolen

Tirsdag 24. september kl. 16.30-20.30. Derefter hver anden uge. Venteliste. Kontakt Bertel 2041 7668 eller John 3025 7542.

Sæsonstart – Læsekreds, Vindrosen, lokale 5, onsdag 25. september kl. 19-21

Derefter 4. onsdag hver måned til 23. april. Gratis. Kontakt Bodil 2328 5712.

Sæsonstart – Engelsk, Hotel Ribe, onsdag 25. september kl. 10.30-11.30

Onsdage til april. Venteliste. Kontakt Hanne 6150 0083 eller Vibeke 4012 3518.

Virksomhedsbesøg Ribe Camping, Farupvej 2, torsdag 26. september kl. 14-16.30

Ejeren viser rundt og fortæller om pladsen. Turen er til fods og tager ca. 1½ time. Derefter kaffe og kage. Pris 75 kr. Online tilmelding/betaling. Kontakt Birgit 6160 1572 eller Jenny 2740 9142.

Oktober 2024



Hannes Musikcafé, Kjærgårdsvej 52, Hunderup

Torsdag 3. oktober kl. 14-16.30

Folk Lovers underholder med irsk, skotsk og dansk folkemusik. Kaffe med kage. Egen transport. Pris 60 kr. Online tilmelding/betaling. Kontakt Lilian 4119 1840 eller Birthe 4076 7125.

Seniorbio, seminarieHuset, indgang C, tirsdag 15. oktober kl. 16.15

Ingen tilmelding/gratis.

Søndagscafé, Bøge Allé 2, 20. oktober kl. 12.30

Mad og drikke, kaffe og småkager. Pris 175 kr. Online tilmelding/betaling. Kontakt Hanne 5154 7982.

Foredrag om ulve ved Thomas Boesdal, Fritidscentret

Torsdag 24. oktober kl. 14-16.30

Thomas Boesdal er jæger, familiefar, naturelsker og kendt fra tv og aviser. Han har fulgt ulvene i Danmark siden 2012. Hvad skal vi med ulve i Danmark? Pris 60 kr. Online tilmelding/betaling. Kontakt Lilian 4119 1840 eller Birthe 4076 7125.

November 2024

Suppeaften, Bøge Allé 2, onsdag 13. november kl. 17-19.30

Suppe med brød, 1 genstand, kaffe og småkager. Formand Gertrud Hansen fortæller om Ældrerådets arbejde. Pris 125 kr. Online tilmelding/betaling. Kontakt Lilian 4119 1840 eller Birthe 4076 7125.

Søndagscafé, Bøge Allé 2, 17. november kl. 12.30

Mad og drikke, kaffe og småkager. Pris 175 kr. Online tilmelding/betaling. Kontakt Hanne 5154 7982.

Seniorbio, seminarieHuset, indgang C, tirsdag 19. november kl. 16.15

Ingen tilmelding/gratis.

Virksomhedsbesøg Ribe Byferie, Damvej 23, torsdag 21. november kl. 14-16

Rundvisning samt fortælling om Byferien. Derefter kaffe og kage. Pris 75 kr. Online tilmelding/betaling. Kontakt Birgit 6160 1572 eller Jenny 2740 9142.

Hannes Musikcafé, Kjærgårdsvej 52, Hunderup, torsdag 28. november kl. 14-16.30

Folk Lovers underholder med irsk, skotsk og dansk folkemusik. Kaffe med kage. Egen transport. Pris 60 kr. Online tilmelding/betaling. Kontakt Lilian 4119 1840 eller Birthe 4076 7125.

December 2024

Julehygge med Nikolaj Andersen, Fritidscentret

Torsdag 12. december kl. 14-16

Musiker, foredragsholder og tidligere højskolemand Nikolaj Andersen fortæller en alternativ julehistorie med et udvalg af julens sange og salmer. Pris 60 kr. Online tilmelding/betaling. Kontakt Lilian 4119 1840 eller Birthe 4076 7125.

Søndagscafé, Bøge Allé 2, 15. december kl. 12.30

Mad og drikke, kaffe og småkager. Pris 175 kr. Online tilmelding/betaling.
Kontakt Hanne 5154 7982.



Seniorbio, seminarieHuset, indgang C, tirsdag 17. december kl. 16.15

Ingen tilmelding/gratis.

Glædelig jul og godt nytår

Januar 2025

Sæsonstart (forår) – Træning af hjerne og krop, seminarieHuset, Teatersalen

Tirsdag 7. januar kl. 9-10. Sidste gang 25. marts. Vi træner balance, syn, samsyn og fokus på en sjov måde, får lidt sved på panden og udfordrer de små grå.

Tilmelding til ét hold og derefter til en venteliste med henblik på oprettelse af et ekstra hold. Pris 400 kr. Online tilmelding/betaling. Kontakt Knud 2449 7472.

Foredrag om Lykke Per ved domprovst Morten Fester Thaysen, Fritidscentret

Torsdag 9. januar kl. 14-16

Genfortælling af Henrik Pontoppidans store fortælling om Per Sidenius, der bruger et helt liv på at blive en anden end sin far. Pris 60 kr. Online tilmelding/betaling.

Kontakt Lilian 4119 1840 eller Birthe 4076 7125.

Søndagscafé, Bøge Allé 2, søndag 19. januar kl. 12.30

Mad og drikke, kaffe og småkager. Pris 175 kr. Online tilmelding/betaling.
Kontakt Hanne 5154 7982.

Seniorbio, seminarieHuset, indgang C, tirsdag 21. januar kl. 16.15

Ingen tilmelding/gratis.

Februar 2025

Virksomhedsbesøg hos WoodUpp, Industrivej 59, onsdag 5. februar kl. 14-16

Fortælling om virksomheden, der fremstiller Akupaneller, samt rundvisning på virksomheden inkl. Produktionen. Derefter kaffe og kage. Pris 75 kr.

Online tilmelding/betaling. Kontakt Birgit 6160 1572 eller Jenny 2740 9142.

Søndagscafé, Bøge Allé 2, søndag 16. februar kl. 12.30

Mad og drikke, kaffe og småkager. Pris 175 kr. Online tilmelding/betaling.
Kontakt Hanne 5154 7982.

Seniorbio, seminarieHuset, indgang C, tirsdag 18. februar kl. 16.15

Ingen tilmelding/gratis.

Lars Bollerslev fortæller, Fritidscentret, torsdag 20. februar kl. 14-16

Lars Bollerslev fortæller om sine malerier, og hvad der inspirerer ham. Pris 60 kr.

Online tilmelding/betaling. Kontakt Lilian 4119 1840 eller Birthe 4076 7125.

Marts 2025

Søndagscafé, Bøge Allé 2, søndag 16. marts kl. 12.30

Mad og drikke, kaffe og småkager. Pris 175 kr. Online tilmelding/betaling.
Kontakt Hanne 5154 7982.

Seniorbio, seminarieHuset, indgang C, tirsdag 18. marts kl.16.15

Ingen tilmelding/gratis.



Årsmøde for medlemmer, Fritidscentret, torsdag 20. marts kl. 17-19.30

Årsmøde i henhold til vedtægterne. Efter årsmødet let anretning.

Online tilmelding/gratis. Kontakt Jenny 2740 9142.

April 2025

Sæsonstart – Sommergymnastik, seminarieHuset, Multisalen

Torsdage i april og maj kl. 9-10. Pris 125 kr. Online tilmelding/betaling.

Kontakt Knud 2449 7472.

Virksomhedsbesøg på Jernved Mejeri, torsdag 3. april kl. 14-16

Også virksomhedsbesøg på Jernved Mejeri, torsdag 24. april 14-16

Besøg på Jernved Mejeri, hvor mejeribestyrer Morten Kongsbak Jensen fortæller

om mejeriet og de mange forskellige oste. Vi får smagsprøver og et glas vin.

Pris 75 kr. Online tilmelding/betaling. Birgit 6160 1572 eller Jenny 2740 9142.

Foredrag om Riberhus - Kongens borg i Ribe ved museumsinspektør

Morten Søvsø, Fritidscentret, torsdag 10. april kl. 14-16

Hvad ved vi egentlig om Riberhus? Hvad er sagn, og hvad er myter?

Hvor lå kongens gård i Ribe på Dronning Dagmars tid? Pris 60 kr.

Online tilmelding/betaling. Kontakt Lilian 4119 1840 eller Birthe 4076 7125.

Seniorbio, seminarieHuset, indgang C, tirsdag 15. april kl. 16.15

Ingen tilmelding/gratis.

Søndagscafé, Bøge allé 2, søndag 20. april kl. 12.30

Mad og drikke, kaffe og småkager. Pris 175 kr. Online tilmelding/betaling.

Kontakt Hanne 5154 7982.

Maj 2025

Foredrag om diagnoser og normalitet hos børn og unge, Fritidscentret

Onsdag 8. maj kl. 14-16

Psykolog, Lektor og Docent Emeritus Christian Quvang fortæller bl.a. om hvad,

der sker i vores samfund, hvor mange børn og unge diagnosticeres. Pris 60 kr.

Online tilmelding/betaling. Kontakt Lilian 4119 1840 eller Birthe 4076 7125.

Søndagscafé, Bøge Allé 2, søndag 18. maj kl. 12.30

Mad og drikke, kaffe og småkager. Pris 175 kr. Online tilmelding/betaling.

Kontakt Hanne 5154 7982.

Juni 2025

Søndagscafé, Bøge Allé 2, søndag 15. juni kl. 12.30

Mad og drikke, kaffe og småkager. Pris 175 kr. Online tilmelding/betaling.

Kontakt Hanne 5154 7982.

ÆldreSagen Ribe har følgende aktiviteter og tilbud:



Aktiviteter for mænd: Børge Mortensen, tlf. 5151 6106

Aktivitetscenter Ribelund: Mona Schwenker, tlf. 4034 9116

Bisidder: Vibeke Skibby, tlf. 4046 3728 / Uffe Skalborg Hansen, tlf. 2460 2297

Blokløjte: Lene Unnerup, tlf. 2539 9242

Bowling: Anne Storgaard, tlf. 9115 0307

Canasta i Vindrosen: Gurli Iversen, tlf. 2253 0249 / Lisa Vigsø, tlf. 5150 9589

Demensvennerne/aflastning: Birthe Sjøgaard, tlf. 2466 0774

Engelsk konversation: Hanne Friis Kristiansen, tlf. 6150 0083

IT-hjælp og kurser: Bente Kann, tlf. 3024 3880

Kortspil i Vindrosen: Aase Lausen, tlf. 2360 6534

Kortspil i Aktivitetscentret i Hviding: Kaj Lund, tlf. 4095 4274

Kreativt samvær: seminarieHuset: Irene Pindborg, tlf. 2960 5616

Kørestols-ture Dagmargården/Åhaven: Thomas Pedersen, tlf. 2364 4117

Kørsel til indkøb og ledsagelse: Søren Tang, tlf. 6161 6799

Læsekreds: Bodil Sixhøj Hyldahl, tlf. 2328 5712

Mad og Mænd: Kjeld Birk, tlf. 2464 5806 / Ole Pallesen, tlf. 4014 8709

Madlavning for mænd: Bertel Maskov, tlf. 2041 7668 / John Poulsen, tlf. 3025 7542

Motion (yoga, gymnastik, hjerne & krop): Knud Verner Nielsen, tlf. 2449 7472

PC-hjælp i hjemmet: Jørn Frøkjær, tlf. 7542 2942

Petanque ved banen på Ribelund: Werner Hess, tlf. 2175 9040

Praktisk hjælp: Børge Mortensen, tlf. 5151 6106

Pårørendegruppe: Birthe Sjøgaard, tlf. 2466 0774

Rejser og ture: Lilian Maskov tlf 4119 1840 / Birthe Christiansen 4076 7125

Sang seminarieHuset: Lilian Maskov, tlf. 4119 1840

Seniorbio: Lilian Maskov, tlf. 4119 1840

Skolevenner/styrk sproget: Jytte Østergaard, tlf. 2094 7472

Slægtsforskning: Ove Kann, tlf. 6166 3880

Søndagscafé: Hanne Hansen, tlf. 5154 7982

Tryghedsopkald: Britta Schurmann, tlf. 2147 4715 / Tove Hansen, tlf. 2310 9543

Tysk konversation: Ruth Christensen, tlf. 5183 8409

Virksomhedsbesøg: Birgit Lund, tlf. 6160 1572

Ølbrygning: Børge Mortensen, tlf. 5151 6106

Ældre Sagen Ribe Lokalafdeling

Bestyrelse og suppleanter

Jenny Beck
Tlf. 2740 9142

Formand
fm.ribe.571@aeldresagen.dk

Lilian Maskov
Tlf. 4119 1840

Næstformand
libemaskov@stofanet.dk

Bente Kann
Tlf. 3024 3880

It
bente@kanns.dk

Hanne Hansen
Tlf. 5154 7982

Socialhumanitær kontaktperson
bedsteroager@hotmail.com

Søren Tang
Tlf. 6161 6799

sts.ribe@gmail.com

Birthe Christiansen
Tlf. 4076 7125

birthechristiansen@hotmail.com

Susan Bruun
Tlf. 6162 0419

Sekretær
susanbruun1@gmail.com

Knud Verner Nielsen
Tlf. 2449 7472

kvn002@icloud.com

Børge Mortensen
Tlf. 5151 6106

Borgejet@gmail.com

Eigil Braagaard
Tlf. 2274 3684

Kasserer
KS.ribe.571@aeldresagen.dk

Forsidebilledet er taget af Torben Hestehave
”Marked på Skibbroen og Johanne Dan viser sig fra sin smukkeste side.”