

# Ældre Sagen

## ØRBÆK



Cykelholdet klar til start fra Almas Hus mandage kl. 9.30

Foto: H. C. Nielsen

**PROGRAM EFTERÅR 2024**

## Ældre Sagen, Ørbæk

Ældre Sagen, Ørbæk byder velkommen til arrangementer og aktiviteter efteråret 2024. Vi har sammensat et spændende program. Vi reklamerer for arrangementerne med opslag på hjemmesiden og via nyhedsbrev.

Husk nye priser på arrangementerne. En rabatpris for medlemmer og en højere pris for ikke medlemmer af Ældre Sagen.

Så husk medlemsnummer ved køb til arrangementer.

I foråret 2024 rundede Ældre Sagen i Nyborg Kommune 7000 medlemmer. Det fejrede vi i Almas hus sammen med Peter Enevold (Nyborg-Ullerslev) og medlem nr. 7000.



I alle de social-humanitære aktiviteter og arrangementer Ældre Sagen, Ørbæk har, er der fokus på enlige. Kontakt os, hvis du er ny i området.

Bor du alene, er det en sikkerhed for dig og dine pårørende at du bliver tilmeldt **tryghedsopkald**. Du vil så få et dagligt opkald. Det er gratis.

Noget nyt i Ældre Sagen er: **Ældretelefonen tlf. 32 210 210**, som har åben mandag-fredag **kl. 9-15**. Se Ældre Sagens hjemmeside: [www.aeldresagen.dk](http://www.aeldresagen.dk)

En stor tak til alle vores frivillige, nye som gamle. Mange får glæde af jeres indsats. Stor tak til vore annoncører, der gør det muligt at udsende dette blad.

### Redaktion:

Sonja Lykkegaard Hansen & Kirsten Holst.

### Distribution:

Svend Åge Risbjerg. Næste nummer udkommer i december 2024.

Det er **DESLERS grafiske hus**, der trykker vores lokale blad.

**DESIGN · TRYK**  
**STORFORMAT**  
**+ ETIKETTER**

Hvor personlig service og høj kvalitet gør en forskel.

**deslers**  
■ grafisk hus ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■

Tlf. +45 64 71 48 09 · [info@deslers.dk](mailto:info@deslers.dk) · [www.deslers.dk](http://www.deslers.dk)

# Bestyrelsens medlemmer



Formand:  
Sonja Lykkegaard Hansen  
65 33 20 46/23 83 00 10  
[Fm.oerbaek.495@aeldresag.en.dk](mailto:Fm.oerbaek.495@aeldresag.en.dk)



Næstformand:  
Kirsten Holst  
20 47 77 67  
[kullerup.by@gmail.com](mailto:kullerup.by@gmail.com)



Medlem:  
Karin Degn  
65 33 24 77  
[Karin.anita.degn@hotmail.com](mailto:Karin.anita.degn@hotmail.com)



Medlem:  
Else Marie Jakobsen  
23 25 98 67  
[e.jakobsen@youmail.dk](mailto:e.jakobsen@youmail.dk)



Medlem:  
Jette Bende Borgersen  
30 33 30 48  
[jbborgersen@gmail.com](mailto:jbborgersen@gmail.com)



Medlem:  
Lisbeth Langæble  
21 64 67 51  
[lflangaeble@gmail.com](mailto:lflangaeble@gmail.com)



Medlem:  
Richardt Muhs  
23 25 21 49  
[Muhs.privat@gmail.com](mailto:Muhs.privat@gmail.com)



Suppleant:  
Gitte Rasmussen  
21 28 45 63  
[grasmussen429@gmail.com](mailto:grasmussen429@gmail.com)



Suppleant:  
Hanne Glue  
65 33 16 34//51 32 64 07  
[hanne-bjarne@hotmail.dk](mailto:hanne-bjarne@hotmail.dk)



Webmaster og lokalredaktør:  
Inger Thulin Nielsen  
22 31 15 63  
[banemarken@outlook.dk](mailto:banemarken@outlook.dk)



Webmaster og lokalredaktør:  
Hans Christian Nielsen  
40 12 71 30  
[hcn Nielsen32@gmail.com](mailto:hcn Nielsen32@gmail.com)



Kasserer:  
Jørgen Stub Holmegaard  
24 64 93 65  
[ks.oerbaek.495@aeldresag.en.dk](mailto:ks.oerbaek.495@aeldresag.en.dk)



## Koordinationsudvalget i Nyborg Kommune

Formand: Peter Enevold 40 81 86 75  
Næstform.: Sonja Lykkegaard Hansen 23 83 10 00  
Medl.: Irma Trebbien 20 85 35 54  
Medl.: Lisbeth Langæble 21 64 67 51

[peen@tietgen.dk](mailto:peen@tietgen.dk)  
[fm.oerbaek.495@aeldresagen.dk](mailto:fm.oerbaek.495@aeldresagen.dk)  
[irmatrebbien@gmail.com](mailto:irmatrebbien@gmail.com)  
[lflangaeble@gmail.com](mailto:lflangaeble@gmail.com)

## Ældre Sagen, Snorresgade 17-19, 2300 København S.

Hovedkontoret Tlf. 33 96 86 86  
Ældre Sagens hjemmeside:

[aeldresagen@aeldresagen.dk](mailto:aeldresagen@aeldresagen.dk)  
[www.aeldresagen.dk](http://www.aeldresagen.dk)

### Nye medlemmer

Hvis du ønsker at blive medlem af Ældre Sagen, kan indmeldelsen foretages ved direkte henvendelse til hovedkontoret;

eller kontakt Sonja Lykkegaard Hansen: tlf. 65 33 20 46/23 83 00 10

Et personligt medlemskab koster

145 kr. pr. halvår.

Et familiemedlemskab koster

240 kr. pr. halvår.

### Medlemsfordele

Du kan ringe gratis til tlf. **70 89 00 81** og få social og juridisk rådgivning.

Åbningstider: mandag, tirsdag, onsdag og fredag kl. 10-14. torsdag kl. 14-18.

Hos Ældre Sagens jurister og socialrådgivere kan man søge råd og vejledning.

Alle er velkomne til at deltage i Ældre Sagens arrangementer overalt i landet. Se i bladet "Det Sker", der udkommer sammen med medlemsbladet 5 gange årligt eller på hjemmesiden.

Ældre Sagen har rabataftaler med mange samarbejdspartnere. Se i medlemsbladet, eller hent app'en "Ældre Sagen, Tilbud" til din smartphone.

VVS - GAS - BLIK  
**Ørbæk Varmeservice**  
ApS

---

**Martin Sohne**  
aut. vand-, gas og sanitetsmester  
Kløvervej 7 - 5853 Ørbæk  
**TLF. 65 33 11 84**  
[www.SOHNE-VVS.dk](http://www.SOHNE-VVS.dk)



**GAS- OG OLIEFYRSSERVICE**

# Søndagscafé og Demenscafé

## Søndagscafé

Kom og vær med og bliv en del af fællesskabet. Her kan du genopfriske gamle venskaber og skabe nye.

Her er levende musik, som spiller i 2 timer. Vi holder pause ½ time, hvor vi drikker kaffe med kage til, og der udtrækkes gevinster på indgangsbilletten.

Alle søndagscaféer afholdes i gæstecaféen på Rosengården, Kløvervej 1, Ørbæk.

**Tidspunkt: Kl. 14 – 16**

Søndag den 1. september Øst + Vest

Søndag den 6. oktober Lars Svendsen

Søndag den 3. november Christian Søgård

**Kontaktperson: Kirsten Holst tlf. 20 47 77 67**

**Pris:** 50 kr. pr. gang inkl. kaffe og kage.

Ingen tilmelding. Alle er velkomne.

## Demenscafé

Alle demenscaféer holdes med og i Klub Ørbæk, Kløvervej 1, Ørbæk.

For information:

**Kontakt Lisbeth Langæble**

**tlf. 21 64 67 51**

**Pris:** Gratis

Alle er velkomne.



# Motion

## Cykelture

Ældre Sagen ”Cykler for livet.”

Vi cykler hver mandag ud i det blå og nyder naturen i et tempo, hvor alle kan være med.

Vi starter igen den 5. august 2024 kl. 9.30 fra Almas Hus, Sentvedvej 1, Ørbæk og sidste gang i efteråret er den 28. oktober.

**Alle er velkomne, ingen tilmelding. Bare mød op.**

Husk cykelhjelm og gul vest. Har du ingen, har vi.

**Kontaktperson: Käte Larsen. Tlf. 21 24 71 02**

**Poul Pedersen. Tlf. 40 58 27 82**

## Gymnastik

Styrk din smidighed. Få mulighed for samvær med andre.

Motion er med til at holde dig smidig og frisk.

**Sted:** TIF Hallen. Start den 26. september. Sidste gang den 5. december.

**Tid:** Torsdag kl. 9 – 10 Vi slutter af med en kop medbragt kaffe.

Alle er velkommen.

**Pris:** 150 kr. for 10 gange

**Ledere:** Karen Jensen og Birgit Pedersen

**Kontaktperson:** Else Marie Jakobsen

**Tlf. 23 25 98 67**

## Petanque

Mandage kl. 9.30 – 11.30.

**Sted:** TIF`s idrætsanlæg i Frørup.

Oplev 2 timers sjov og hyggeligt samvær. Om vinteren spilles der inde i TIF-hallen.

Ingen tilmelding. Kom bare og se om det er noget for dig.

**KLINIK ØRBÆK**   
Kiropraktik & Fysioterapi

- Smerter fra ryg og nakke
- Slidgigt i ryg, hofte og andre led
- Hovedpine og Svimmelhed
- Fælles træningshold

Kom og besøg os:  
Sanni Rømer, Kiropraktor  
Signe Darling Lavard, Kiropraktor  
Andreas Færch, Fysioterapeut

Se mere på 

Hovedgaden 9C - 5853 Ørbæk [www.klinikorbæk.dk](http://www.klinikorbæk.dk)  
mail@kiropraktor5853.dk - tlf. 2258 5653

**Kontaktperson: Hanne Ringsmose**

**Tlf. 61 33 85 96**



## Motion, Ørbæk Midtpunkt

Alle personer på 65+ eller førtidspensionister, med dokumentation, kan nu få medlemskab for **135 kr. pr. md.**, hvis de registrerer deres betalingskort, så betaling af kontingent kører automatisk.

For dem som IKKE vælger denne løsning og vælger at betale kontant eller ved kort i Ørbæk Midtpunkt – tillægges et administrationsgebyr på 75 kr. pr. betaling, så prisen **bliver 210 kr.** pr. måned.

Henvendelse kan også være pr. mail til [motion@orbek-midtpunkt.dk](mailto:motion@orbek-midtpunkt.dk) eller ring til tlf. 29 72 35 45. Kontortid mandag 8 -10, og torsdag kl.16 -18. lørdag 10 -12.

**Kom og vær med – motion og latter forlænger livet, siges i en stor undersøgelse. Motion kan udføres på mange niveauer. Dette vil vi gerne være med til at understøtte 😊**



**HÅRFEEN**

Hovedgaden 10 • 5853 Ørbæk  
mail@hårfeen.dk  
Tlf: 65 33 23 20

Ønsker du dig...  
Din egen personlige kalender med whiteboard  
fåes den både som uge, måned og årskalender  
på: **Creative Cave**.dk

Vi kan også lave...  
bryllupshjertes, skamler med eget motiv, mm...

**Creative Cave**.dk  
en del af: **FOLIEKNIVEN.DK**



Årind åben  
**Solsikken**  
65 33 12 24  
Hovedgaden 4  
5853 Ørbæk

**Lokalt pengeinstitut...**

Hos os er du et ansigt  
og ikke et nr...!  
Bare ring 65 43 25 50!

 **FRØRUP  
ANDELSKASSE**

Sportsvænget 2 • 5871 Frørup • Tlf. 65 43 25 50 • post@froerupandelskasse.dk  
[www.froerupandelskasse.dk](http://www.froerupandelskasse.dk)

# Billetter til efterårets arrangementer

## Billetsalg følgende steder:

**Café Rosengården:** Første mandag i måneden kl. 10 – 12

Første gang mandag den 2. september 2024

Sidste gang 2. december.

**Almas hus:** Første gang efter sommerferien den 29. august 2024  
Sidste gang inden juleferien den 21. november.

Hver torsdag kl. 10 - 12

(Lukket i uge 42)

**Selvbetjening på hjemmeside:** [www.aeldresagen.dk/ørbæk](http://www.aeldresagen.dk/ørbæk)

Book selv og betal via hjemmesiden.



**Aktivitetsudvalget tlf. 61 16 18 16.** Indtal **ikke** beskeder her.

## **Ændring i priser:**

Bestyrelsen finder det naturligt, at Ældre Sagens medlemmer betaler en specialpris for vores arrangementer. Ikke medlemmer betaler typisk 50 kr. mere. **Husk medlemsnummer, hvis man vil sikre sig medlemsrabat.**

Men husk i øvrigt, at medlemskab giver mulighed for at deltage i Ældre Sagens lokale aktiviteter over hele landet.

Mange steder giver medlemskab i Ældre Sagen også gode rabatter.

An advertisement for massage services. It features a photo of a man with his arms crossed on the left. The text is in blue and white on a blue background. At the top, it says 'WWW.HELSEOGMASSAGE.DK'. The main headline is 'Massage giver ekstra velvære'. Below that, it says 'v/ Jacob Nilsson, Fysiurgisk Massageterapeut RAB, Idrætsskadeterapeut og babyterapeut'. At the bottom left, it gives the address 'Hovedgaden 26, 5853 Ørbæk, Tlf. 21 45 15 16'. At the bottom right, there is a circular logo with a flower and the words 'HELSE MASSAGE'.



# Billeder fra forårets arrangementer

Underholdning fra Januar hygge.



Verdens længste bryllupsrejse



Kurt Ravn



Mode



Harzen turen



# Efterårets arrangementer

## HVERDAG MED DEMENS

Kerteminde og Nyborg Kommuner i samarbejde med Alzheimerforeningen Fyn, Ældre Sagen, Klubbens venner og Nyborg Seniorråd har fire åbne foredrag for alle interesserede. 2 er afholdt foråret 2024.

**PÅRØRENDE OG DEMENS.** Hvordan er det at være nærtstående til et menneske med en kronisk sygdom? Hvordan kan man reagere og forstå sine egne reaktioner? Hvor kan man få hjælp, og hvad er der brug for - både som sygdomsramt og som pårørende? Ved Anneke Dapper-Skaaning, Demenspsykolog.

**Tid:** Onsdag 18. sep. 2024 kl. 18-20 Troelskærsalen, Lindøalleen 51, 5330 Munkebo.

**FREMTIDSFULDMAGT OG VÆRGEMÅL.** Hvordan bevarer man så meget selvbestemmelse som muligt så langt som muligt i et demensforløb? Hvordan stiller de forskellige juridiske forhold de pårørende? Hvornår er det nødvendigt med værgemål? Ved Susanne Holm, Jurist og rådgiver i Ældre Sagen.

**Tid:** Tirsdag 29. oktober 2024 kl. 18-20 Aktivcenter Ørbæk, Kløvervej 1A, 5853 Ørbæk Køb billet her: [www.nyborg.dk/demensforedrag](http://www.nyborg.dk/demensforedrag)

Praktisk informationer. Pris pr. person pr. foredrag er 75 kr. Det er ikke muligt at købe billet i døren. Antallet af pladser er begrænsede, og tilmeldingen er bindende. Hvis du har spørgsmål, kan du ringe på telefonnr. 2137 6836 på hverdage mellem kl. 9-13.



**SENIORLIVSMESSE** Ældre Sagen Ørbæk holder i samarbejde med Nyborg Kommune, Ældre Sagen Nyborg/Ullerslev og Nyborg Seniorråd Seniorlivsmesse 2024. Her kan du møde aktive seniorer, frivillige fællesskaber, foreninger og kommunale institutioner, som alle har tilbud målrettet seniorer i Nyborg Kommune.

- Tid: torsdag 7. november kl. 13-15
- Sted: Ørbæk Midtpunkt, 5853 Ørbæk

Er du med i en forening med tilbud målrettet seniorer, og er du interesseret i at have en gratis stand på messen, så hold øje med siden her:

[www.nyborg.dk/seniorliv](http://www.nyborg.dk/seniorliv), hvor det snart bliver muligt at tilmelde sin forening til en stand.

# Fra Storebæltsfærge Dronning Ingrid til Hospitalskib Africa Mercy.



**Mandag den 23. september 2024**

Foredrag om Mercy Ships v/ Dorte Söderberg

Vi skal høre om verdens to største civile hospitalsskibe, det nybyggede Global Mercy og den ombyggede storebæltsfærge Dronning Ingrid.



Der ydes gratis lægehjælp og livgivende operationer til verdens fattigste mennesker – fortrinsvis i Vestafrika. Skibene ligger samme sted i 10 måneder i hvert værtsland. Udover behandlinger på skibene, træner Mercy Ships lokale fagpersoner og renoverer lokale klinikker.

Dorte fortæller, viser billeder og videoer fra sit eget ophold på Africa Mercy i Guinea.

Sted: Ørbæk Midtpunkt, Langemosevej 5, 5853 Ørbæk.

Tid: 15.00

Pris: 150 kr. for medlemmer og 200 kr. for ikke medlemmer.

Menu: Kaffe og småkager -middag med 2 retter.

**Tilmelding senest 13. september. Tilmelding er bindende fra denne dato.**

**Arr.nr. 610**

## **I uge 40 sætter Ældre Sagen fokus på hvervning af frivillige.**

Vi er i Almas Hus **torsdag d. 3. oktober fra kl. 10 – 12**, så kom og hør om vores aktiviteter. Der er altid brug for personer, der kan afse tid i den gode sags tjeneste. Til glæde for ældre - og ikke mindst for dig selv.

Frivillige på skoler hjælper børn med at få en bedre skoledag, vores frivillige her melder om gode positive oplevelser med børnene.

Kom og få en kop kaffe og information om, hvordan det er at være frivillig i Ældre Sagen, Ørbæk.



# Ældre Sagens store Oktoberfest

Onsdag den 23. oktober 2024

**Svindinge Salon – Orkester** underholder med skøn musik af Kai Norman



Andersen.

Musens sang, Den allersidste dans, Glemmer du og mange flere.

Mød op med godt humør, en hat – lille – stor – slidt eller ny.



Velkommen i **Café Hatten**.

Vi starter med kaffe og brød. Derefter underholdning. Syng med så taget letter. Små overraskelser.



Sted: Rosengården, Kløvervej 1, 5853 Ørbæk

Tid: 15.00

Pris: 80 kr. for medlemmer og 130 kr. for ikke medlemmer.

Menu: 19.00 Pølser med brød og tilbehør – 1 øl eller vand.

**Senest 15. oktober. Bindende fra denne dato.**

**Arr. nr. 607**

## NIT@-TEK



Din lokale VVS og El installatør  
Hvidevare

**Tlf. 24 24 24 24**

FLADEMOSEGAARD FODKLINIK  
V. CHRISTINA BACH TALBRO

Tlf. 46 96 36 06

Flademosegaard  
Longvej 9

5853  
Ørbæk

[www.christinatalbro.dk](http://www.christinatalbro.dk)



**Fredag den 29. november 2023**

## **Kom til kæmpe julefest**



**Thomas Johansen** underholder med dinnermusik, akkompagnement til fællessang, musikalsk hygge, dans m.m.

Desuden vil der være mange spændende overraskelser i løbet af aftenen.

- Sted:** Ørbæk Midtpunkt, Langemosevej 5, 5853 Ørbæk
- Tid:** 18 – 23. Kl. **17.00 åbnes dørene.**
- Menu:** Glæd jer til gammeldags julemad, som vor mor lavede den, med risalamande og mandelgave.
- Pris:** 250 kr. for medlemmer, 300 kr. for ikke medlemmer.
- Tilmelding:** **Senest 21/11, bindende fra denne dato.**  
Der er plads til 150 personer.
- Arr.nr. 618**

**Alle er velkomne**

*Bryggeriet Refsvindinge*



Bryggeriet Refsvindinge – Nyborgvej 80  
5853 Ørbæk – Tlf. 65 33 10 40  
mail: refsvindingebryg@hotmail.com

**Østfyn VVS & Energiservice**

Hans Erik Christensen

*Den varme linie!*

**65 37 18 09** [www.godtfyr.dk](http://www.godtfyr.dk)

Tårnvej 25 A • 5871 Franse • godtfyr@godtfyr.dk



# Forårets arrangementer

## Vinterhygge fredag den 20. januar.



Vi mødes til vinterhygge med Fællesspisning, hvor vi skal nyde Dorthes gode mad.

### Underholdning:

**Karen Rasmussen**, "Høkildegård" fortæller om H. C. Andersens eventyrlige liv og besøg på fynske herregårde - også Glorup. Karen fortæller anekdoter og medbringer en del af sin H. C. Andersen udstilling.

**Sted:** Ørbæk Midtpunkt, Langemosevej 5, 5853 Ørbæk

**Tid:** 17.30

**Menu:** Hjemmelavet suppe, okse- og hønsekød med peberrodssauce  
Kaffe / the og småkager

**Pris:** 110 kr. 160 kr. for ikke medlemmer.  
Tilmelding senest den 13. januar 2024.

**Tilmelding er bindende fra sidste tilmeldingsdato.**

**Arr. Nr.608**



ALT I SERVICE OG REPARATION  
**NYGÅRD AUTO**  
V/ CLAUD RØNHOLT - RØDEBRO 4, 5750 RINGE - TLF 28433861

**pm** installationer<sup>aps</sup>  
65 98 14 96



**PJ** El teknik  
65 31 67 65



## IT - TILBUD

### **IT-Café: Ingen tilmelding - Gratis - kom bare.**

Denne starter op igen onsdag d. 4. september 2024 og afholdes hver onsdag formiddag i Ørbæk Boldklubs lokale ved Ørbæk Midtpunkt, fra kl. 9.30 – 11.30.

I it-caféen kan du få hjælp med alle typer it-udstyr: Bærbar PC, iPad, Android tablet og Chromebook samt Smartphones både iPhone og Android.

Af og til har it-caféen gæster udefra der fortæller omkring specielle emner – eller vi afholder en temadag.

Vi hjælper gerne med MitID.

Du kommer blot med din bærbare PC, iPad eller telefon. Så snakker vi om, hvad du gerne vil vide noget om, have hjælp til m.v.

Vi er ca. 20 hver onsdag, men der er plads til flere, så fortæl det gerne til dine venner. Der kan købes kaffe/te.

**Kontaktperson: Mogens Petersen tlf. 30 12 66 71**

### **PC-hjælp - i eget hjem**

I Ældre Sagen har vi frivillige it-vejledere, som gerne kommer hjem til dig og hjælper dig med at løse mindre edb - problemer.



**Kontaktperson: Mogens Petersen tlf. 30 12 66 71**

### **Hotline tlf. 63 33 80 00**

Nyborg Kommune tilbyder, sammen med andre kommuner, hjælp til digital selvbetjening med computeren - også uden for almindelig åbningstid. Har du brug for hjælp, så kan du nu ringe til hotline i dette tidsrum: Mandag - torsdag kl. 09 - 18 og fredag 09 – 13.



## Social frivillig indsats ved Ældre Sagen, Ørbæk

Alle frivillige er forsikringsmæssigt dækket under udførelsen af det frivillige arbejde, desuden har de tavshedspligt. Som frivillig bliver du introduceret til opgaven, og du kan deltage i relevante kurser, som Ældre Sagen tilbyder gratis.

Der er altid brug for frivillige, som vil bruge tid på nogen af de mange opgaver, der ellers ikke bliver udført.

Til glæde for de der får hjælp, men ikke mindst til glæde for den frivillige selv.

**Kontakt: Lisbeth Langæble tlf. 21 64 67 51**

**Kirsten og Brio har fået 10 års nål i 2024 for frivilligt arbejde.**



### **Besøgsven. – Hvordan du får en besøgsven?**

**Besøgstjenesten** er et gratis tilbud til alle ældre, der savner kontakt til andre mennesker.

Du kan ringe eller sende en mail til besøgslederen og aftale et besøg hjemme hos dig. Herefter vil besøgslederen prøve at finde en besøgsven, der passer dine interesser.

Du behøver ikke være medlem af Ældre Sagen for at få en besøgsven.

**Henvendelse til: Jette Bende Borgersen tlf. 30 33 30 48**

### **Besøgshunde**

Vi har 2 besøgshunde, Bobbi og Wilma, som kommer på plejehjem Rosengården og Klub Ørbæk.

### **Bisidder**

Har du behov for eller ønske om at have en person med, når du skal til samtale med myndigheder, sundhedspersonale eller andre, så kan du hente hjælp gennem bisidderordningen.

Enhver borger, der ønsker det, har ret til, at en anden person deltager ved enhver henvendelse til myndighederne.

Det er borgeren, der vælger, hvem hun eller han ønsker som bisidder. Fire ører hører bedre end to, og man har en som man bagefter kan drøfte sagen med.

Bisidderen er medlytter/formidler

Har du brug for en bisidder?

**Henvendelse til: Hanne Ringsmose tlf. 61 33 85 96**

## **Buskørsel for beboerne på Rosengården**

Der køres

busture hver

tirsdag, når

vejret tillader

det. Vi har 3 par

der skiftes til at

køre bussen ud i det blå, eller hvis

beboerne har et særligt ønske, prøver de at efterleve det. Der er altid personale med fra Rosengården



## **Dagcentret ”Klub Ørbæk” Nyborg Kommune**

Et dagcenter for personer med begyndende hukommelsesproblemer eller demens.

Ældre Sagen har også frivillige, der kommer i klubben.

Kunne du tænke dig at være med til socialt samvær i hyggelige omgivelser, kan du henvende dig til.

**Kontaktperson: Lisbeth Langæble tlf. 21 64 67 51**

## **Frivillige på Rosengården**

Vi har frivillige, der kommer på Rosengården, hvor der hygges med kortspil, rafling stolegymnastik og besøgshund.

Vi vil rigtig gerne have flere frivillige, så hvis du er interesseret og vil høre mere?

**Kontaktperson: Sonja Lykkegaard Hansen tlf. 23 83 00 10**

## **Hjælpende Hånd**

Gratis hjælp til små opgaver i hjemmet, men brugeren skal selv betale evt. materialer + 20 kr. til kørsel.

Man kan få hjælp til små opgaver i hjemmet af ca. 1/2 times varighed, hvis man bor indenfor gl. Ørbæk kommunens grænser.

Den frivillige må ikke påtage sig opgaver, der kræver autoriseret håndværker.

Hjælpen må ikke være til fare for brugeren eller den frivillige.

**Henvendelse til:**

**Bent Gylling tlf. 25 12 26 80**

**Rudy Lyngvig tlf. 42 40 40 36**



## Ledsagertjenesten/gå med ven

Bor du i Nyborg Kommune, på plejehjem eller hjemme og er bevilliget hjemmehjælp fra kommunen, og ikke har nogen til at ledsage dig ved lægebesøg, sygehusbesøg mv. kan du få hjælp.

I samarbejde med Nyborg Kommune tilbyder Ældre Sagen at stille ledsagere til rådighed.

**Henvendelse til: Karin Degn tlf. 65 33 24 77**

## Skole/daginstitutionsvener

Tager udgangspunkt i det gode generationsmøde til glæde og gavn for den frivillige og børnene.

Som frivillig er du tilknyttet en skole/daginstitution, hvor du kommer efter lyst og behov.

Du får kontakt til livsglade børn og unge, indblik i børnenes liv, gode oplevelser og mulighed for at dele din viden og erfaringer indenfor det område du vælger at bidrage i.

Du kan hjælpe med læsetræning, sprog, billedkunst, håndværk, læse en historie, lege med de små, musik, sang og meget mere. Det er helt op til dig selv at vælge, hvad du vil byde ind med, og hvor ofte og hvor lange dagen skal være.

Alle vores frivillige melder positivt tilbage. De føler sig meget velkomne af både personale og børn.

Vi vil rigtig gerne have flere frivillige, så hvis du er interesseret og vil høre mere, kan du henvende dig til.

**Kontaktperson: Else Marie Jakobsen tlf. 23 25 98 67**

## Stolegymnastik

En gang om ugen er der stolegymnastik for beboerne på Rosengården. Det sker i samarbejde med personalet under ledelse af:

**Karen G. Larsen**

**Lisbet Trædholm**

## Tryghedsopkald

Få et tryghedsopkald hver morgen mellem kl. 8.30-9 af en frivillig. Et dagligt opkald kan være med til at give dig tryghed i hverdagen, hvis du bor alene. Det er gratis, og det kan være dejligt at høre en kendt stemme, der ønsker dig en god dag.

Har du lyst til at tilmelde dig, eller få mere at vide, får du nærmere information ved henvendelse til:

**Richard Muhs tlf. 23 25 21 49**



## Vågetjenesten

Har du som pårørende brug for støtte eller omsorg i en svær tid, så vil vi gerne yde støtte til aflastning af pårørende til døende i eget hjem eller på plejecenter.

Vågetjenesten består af frivillige erfarne personer, som kan gøre den allersidste tid mere tryk for den døende, når livet ebber ud. Vågetjenesten kan aldrig erstatte de offentlige tilbud og forbindelser med terminal pleje og omsorg til borgeren.

Opgaveløsningen foregår i den udstrækning det er muligt på den døende borgers præmisser.

**Kontaktpersoner: Lisbeth Langæble tlf. 21 64 67 51**

**Karen G. Larsen tlf. 23 44 07 45**

### Vågetjenesten kan bruge flere vågere.

Har dette interesse for dig, eller vil du vide mere.

Få nærmere information ved henvendelse til:

**Kontaktperson: Lisbeth Langæble tlf. 21 64 67 51**

**Jørgen Hansen Møbler**

LARS HANSEN  
møbelhandler

Ringvej 2, 5853 Ørbæk, Telefon 65 33 11 47  
Mobil 40 11 75 01, E-mail: orbaek.moebler@mail.dk  
Web: joergenhansemoebler.dk

**Herrested Auto**

MAARE BYVEJ 13, 5853 ØRBÆK - TLF: 65 98 13 91 - FAX: 65 98 21 19

[michael@herrestedauto.dk](mailto:michael@herrestedauto.dk)  
[magnus@herrestedauto.dk](mailto:magnus@herrestedauto.dk)

**Frisørgården**  
v/ Helene Linde

Ring og book en tid  
Tlf. 26 20 66 58

Odensevej 30, 5853 Ørbæk - Telefon 26 20 66 58 - Følg Frisørgården på Facebook

Duus Fodpleje  
v. Anna Marie Duus Thomsen  
**TLF. 51 89 37 00**

Hjemmebehandling og på klinik

Libavej 12, 5853 Ørbæk  
Strandvejen 18, 5800 Nyborg

mail [www-duus@live.dk](mailto:www-duus@live.dk) CVR 33 20 61 27  
Lægeeksamineret og erhvervsforsikret

## Til opslagstavlen eller køleskabet

### Ældre Sagen Ørbæks Kalender efterår 2024

Søndag den 1. september	Øst og Vest
Onsdag den 18. september	Pårørende og demens
Mandag den 23. september	Fra storebæltsfærge til hospitalsskib
Torsdag den 3. oktober	Nye frivillige
Søndag den 6. oktober	Lars Svendsen
Onsdag den 23. oktober	Oktoberfest
Tirsdag den 29. oktober	Fremtidsfuldmagt og værgemål
Søndag den 3. november	Christian Søgård
Torsdag den 7. november	Seniorlivsmesse
Fredag den 29. november	Stor julefest
Mandag den 20. januar	Vinterhygge



#### Aktivcenter Ørbæk

Kløvervej 1 B, 5853 Ørbæk

Tlf: 63 33 73 58

Åbningstid: Mandag-torsdag: 10-15.

Fredag: 10-12.30

[aktivoerbaek@nyborg.dk](mailto:aktivoerbaek@nyborg.dk)

Facebook: Aktivcentre Nyborg kommune.

---

Aktivcenter Ørbæk har mange aktiviteter, der er gratis at deltage i, og vores store arrangementer er altid til en overkommelig pris.

Du skal være pensionist i Nyborg kommune, for at kunne deltage i vores aktiviteter.

**Kontakt** os gerne til en snak eller ved interesse i vores hold. En gang om måneden udkommer "Bladet", hvor du kan følge med i alle vores forskelligartede tilbud.

Vi glæder os til at se dig/jer!!

De bedste hilsner fra personalet – Aktivcenter Ørbæk