

Ældre Sagen Allerød

Blovstrød - Lillerød - Lyngø - Uggeløse

Nr 2. - August 2024 - Årgang 35
Information fra lokalbestyrelsen i Allerød



Formandens adresse:

Walther Thomsen, Bygmarken 6, 3540 Lyngø

Tlf: 40 60 73 84 - e-mail: thomsen.walther@gmail.com

Indholdsoversigt

Den hjælpende Hånd.	Side	5
Frivillige til ny aktivitet: "Walk and Talk"	Side	5
Juridisk Rådgivning	Side	7
Seniordans	Side	9
En Forårstur til Bornholm	Side	11
Herreværelset	Side	12
Få Økonomisk Overblik	Side	13
Tirsdagsarrangementerne	Side	14
Aktiviteter.	Side	30



Velkommen til efteråret 2024

Kære nye og gamle medlemmer af ÆldreSagen

I bydes hjerteligt velkommen tilbage efter sommeren. Vi er glade for at se at medlemstallet fortsat stiger i ÆldreSagen, hvilket vidner om vores voksende fællesskab. Det er godt at vide, at vores tilbud, såsom rabatter på fitness og spisesteder, er med til at tiltrække nye medlemmer.

I Allerød har vi glæden af at introducere nye spændende aktiviteter, og det skyldes at vores team af frivillige er blevet forstærket på forskellige områder. For eksempel har vi nu juridisk rådgivning og økonomisk sparring, og Den Hjælpende Hånd har nu hele fire engagerede frivillige, der står klar til at assistere. De øvrige nye aktiviteter, kan I læse mere om inde i bladet. Vi er glade for vores trofaste frivillige; men vi kan godt bruge flere – og er du interesseret i at hjælpe med et eller andet, er du meget velkommen til at kontakte mig eller en fra bestyrelsen.

Vores tirsdagsmøder i første halvdel af året, har været en stor succes med over 1800 betalende gæster, hvilket også inkluderer mange nye ansigter. For nogle kan det være lidt svært at møde op i nye sammenhænge, hvor mange tilsyneladende allerede kender hinanden. Jeg ønsker, at vi fortsat har fokus på at tage godt imod de nye medlemmer – som det siges: *”En fremmed er en ven, du endnu ikke har mødt.”*

Det er vigtigt for mig, at vi skaber en inkluderende atmosfære, hvor alle føler sig velkomne. Jeg opfordrer derfor jer alle til at være åbne og imødekommende overfor nye medlemmer og undgå at fastholde ”faste pladser.” Det er helt i orden at sidde sammen med dem, man kender; men lad os også sørge for, at de nye hurtigt finder sig til rette.

Den gode stemning giver livskvalitet, og jeres venlighed og åbenhed bidrager til dette.

Med venlig hilsen, Walther Formand

FLORANT

Allerøds lokale vinduespudser



Få et **GRATIS** og uforpligtende tilbud

- ✓ Pålidelig
- ✓ Fast lav pris
- ✓ Tilfredshedsgaranti
- ✓ Svanemærket produkter



Kontakt vinduespudseren

Marius Brandt

93 91 91 59

Florant@outlook.dk



Frivillige til ny aktivitet: "Walk and Talk"

Vi søger 3-4 engagerede personer, der har lyst til at stå for vores nye aktivitet "Walk and Talk"

Idéen bag "Walk and Talk" er at kombinere samtale, gang og hygge i naturen - og skabe mulighed for at møde nye mennesker. Hver session vil begynde med en kort introduktion til et særligt emne af ca. 15 minutters varighed. Derefter går deltagerne en fælles tur i passende tempo og taler sammen med udgangspunkt i emnet; men samtalerne vil naturligvis også bevæge sig hen over løst og fast. Til sidst runder vi af med en hyggestund, hvor vi nyder evt. medbragt kaffe og snack eller lignende.



I efteråret planlægger vi og prøver aktiviteten af, sådan at vi får et godt koncept, der kan starte op efter jul. Derfor har vi brug for 3-4 frivillige, der vil deltage i et team, der planlægger og afprøver aktiviteten i efteråret, og som vil stå for aktiviteten, når den starter op efter jul.

Som frivillig deltager du aktivt i planlægning og gennemførelse af Walk and Talk. Du kommer til at holde et eller flere korte oplæg, der kan inspirere til samtale, og du er med til at tilrettelægge og guide de fælles gåture, som er af passende længde og sværhedsgrad, så alle kan følge med.

Tid og sted: Planlægningen i efteråret finder sted mandage kl. 14-16. Vi starter mandag den 2. september kl. 13-15, i lokale E på Allerød Bibliotek, Skovensvej 4.

Har du lyst til at være frivillig. så kontakt: Eva Hansen tlf. 30 95 50 70.

Den Hjælpende Hånd - står klar

Nu er vi fire frivillige

Efter at der i januar udgaven af dette blad blev efterlyst flere frivillige Hjælpende Hænder i Allerød, har vi nu hele 4 par hænder med erfaring inden for alskens praktiske, mindre håndværksopgaver. 3 par hænder er boende i Lyngby, mens den fjerde bor i Lillerød, men du er velkommen til at kontakte enhver af dem.



Hverdagens små håndværksopgaver

Den Hjælpende Hånd hjælper ældre medborgere i Allerød, som ikke selv har håndværksmæssig erfaring eller mulighed, med hverdagens små håndværksopgaver.

Der udføres ikke arbejdsopgaver, der hører ind under hjemmehjælpsordningen eller for-

ALTID SKARP PRIS

KOMPLET BRILLE FRA

400 kr.*



PROFIL OPTIK
BY SYNSAM

*Prisen er for udvalgte D.Arnese brillestel inkl. enkeltstyrke standardglas. Kan ikke kombineres med Lifestyle, Lifestyle Abonnement, andre tilbud og organiserede rabatter.

PROFIL OPTIK ALLERØD
M.D.MADSENSVEJ 17 · 3450 ALLERØD · TLF. 4817 0427
WWW.PROFILOPTIK.DK

drer en autoriseret håndværker, ligesom der heller ikke udføres havearbejde (græsslåning, hækklipning, snerydning og lign.). Men tøv ikke med at kontakte os for at få fjernet den daglige gene ved ting, der ikke fungerer som de bør.

Opgaverne udføres uden ansvar for de frivillige hjælpere, og der kan være opgaver, som vi ikke kan eller tør påtage os. Du er velkommen til at ringe til flere af os, hvis en af os ikke kan påtage sig opgaven.

Hjælpen er gratis, men der betales direkte til hjælperen for evt. materialer samt for hjælpers kørsel (statens gældende takst per kørt km).

Kontakt

Ønsker du hjælp, så finder du Allerøds hjælpende hænder her:

Eigil Holm Jepsen, tlf.: 2932 0366

John Nielsen, tlf.: 23 86 29 66

Bent Schat-Holm, tlf.: 26 81 65 13

John Friese, tlf.: 30 70 50 38.

Juridisk Rådgivning

Ældre Sagen i Allerød tilbyder nu gratis juridisk rådgivning til medlemmerne. Advokat Maria Lund står klar til at hjælpe med juridiske spørgsmål den 2. og 4. mandag i hver måned mellem kl. 13.15 og 15.15.

Rådgivningen finder sted i lokale E på Bibliotekets 1. sal, og der afsættes 30 minutter til hver session.

Husk, du skal booke en tid på forhånd ved at sende en e-mail til mhl@birkeroadvokater.dk.

Maria Lund kan hjælpe med mange forskellige juridiske spørgsmål, herunder lejekontrakter, testamenter, ægtepagter, fremtidsfuldmagter, køb og salg af fast ejendom, samt vedtægter og ændringer i ejerforeninger, andelsforeninger eller grundejerforeninger.

Mød Advokat Maria Lund

Maria Lund er en erfaren advokat, som er dedikeret til at hjælpe ældre borgere med deres juridiske spørgsmål. Hun tilbyder gratis rådgivning, fordi hun ønsker at gøre en forskel og sikre, at alle får den nødvendige hjælp til at forstå og håndtere juridiske udfordringer.

Maria ser frem til at møde dig og hjælpe med dine spørgsmål, store som små.

Så har du brug for juridisk rådgivning, tøv ikke med at kontakte Maria og booke en tid.

Fremragende



Trustpilot

Gæsternes bedømmelse af Best Travel på Trustpilot er 4,6 ud af 5 stjerner.



Rejsetilbud til Ældre Sagens medlemmer

Find aktuelle tilbudstrejser på www.besttravel.dk/ældresagen eller ring **70 20 98 99**. Oplys annoncekode for rabat: **ÆS**



Best Travel

Rejs dig rig

Seniordans

Dans og Livsglæde i Allerød Seniordans

Kender du Allerød Seniordans! Vi er en forening af livlige seniorer, der mødes hver torsdag i Centerhallen til dans og hyggeligt samvær. Her er der plads til både singler og par, og vi danser i to sessioner af 45 minutter, afbrudt af en kaffepause.



Hvad vi danser

Hos os danser vi ikke traditionel pardans. I stedet nyder vi en blanding af forskellige dansearter såsom kædedans, folkedans, squaredance og linedance. Alle er med hele tiden, og der er hyppige partnerskift, så man møder mange forskellige dansepartnere.

Musik, samvær og livsglæde

Vores seniordans er for alle – du behøver ikke have tidligere danseerfaring. Vores dygtige underviser giver løbende instruktioner, så alle kan følge med og have det sjovt. Vi lægger stor vægt på god musik, hyggeligt samvær og livsglæde. Formålet er, at alle går derfra med en god oplevelse og et smil på læben.

Praktiske oplysninger

Dansen foregår hver torsdag i Centerhallen fra kl. 13.15-15.00. Vi starter sæsonen torsdag den 19. september 2024 og danser 22 torsdage frem til udgangen af marts 2025.

Er du interesseret? Kontakt Carsten Mangor Schmidt på telefon 30 42 68 93 for mere information.

Vi glæder os til at byde dig velkommen til dans og livsglæde i Allerød Seniordans!

ALLERØD FODPLEJE

v/ lægeeksaminerede fodplejere
Sandra Albrektsen og Annette Carlsen

Torvestrædet 6 2.sal

3450 Allerød

Telefon 2142 2304

WWW.ALLEØD-FODPLEJE.DK



Klassisk fodbehandling

- fodbad med urtesalte
- klipning, slibning og oprensning af negle
- beskæring af hård hud, hælrevner samt ligtorne
- afsluttende med negleolie og fodmassage

Vi udsteder
også
gavekort

Pris 500,-



T. RASMUSSEN – HÅNDVÆRK & MULTISERVICE

- Din garanti for en god oplevelse

Hvor kan vi hjælpe?



- ✓ Opsætning af køkken
- ✓ Samling af møbler
- ✓ Alt i vægge, lofter, vinduer
- ✓ Alt i døre, paneler og karme
- ✓ Alt malerarbejde inde og ude
- ✓ Tapet, filt, væv og deco
- ✓ Lægning af gulve
- ✓ Skift af bordplader
- ✓ Hegn, carport, skur og facade
- ✓ Nedrivning og bortkørsel
- ✓ Mure- spartling- fugearbejde
- ✓ Klinke og flisearbejde
- ✓ Bad og køkken
- ✓ VVS og el-arbejde
- ✓ Rens af rør og afløb
- ✓ Silikone fugning
- ✓ Udskiftning af vandhaner, og brus
- ✓ Montering af hårde hvidevarer
- ✓ Alt i have arbejde
- ✓ Opsætning af lamper og spot
- ✓ Rens af tagrender
- ✓ Reparation af sokkel og mur
- ✓ Højtryksspuling
- ✓ Elektrodesvejsning i jern
- ✓ Hovedrengøring
- ✓ Gardiner, persiener og lameller

Opgaver udføres efter aftalt tilbud eller fast timepris. Både store og små opgaver løses uden besvær.

Ingen ekstraregninger og ingen overraskelser. Vi afleverer altid et flot stykke arbejde, møder som aftalt, og holder det vi lover til fair og rimelige priser.

Når vi siger ja tak til en opgave laver vi arbejdet færdigt et sted af gangen.

Har du brug for hjælp til ophængning af billeder, hylder, lamper, skabe, akustikpaneler, TV eller andet boliginteriør, er vi klar med en hjælpende hånd.

Ingen bekymringer altid pænt og rent efter udført arbejde og vi tager affaldet med os.

T. RASMUSSEN – HÅNDVÆRK & MULTI SERVICE

Slangerup – Frederikssund – Allerød – Hillerød - Furesø – Egedal

Tel. 40 87 13 33

info@tr-multiservice.dk

www.tr-multiservice.dk

En Forårstur til Bornholm med ÆldreSagen

Igen dette forår har ÆldreSagen haft en fem dages tur, denne gang til Bornholm, hvor vi boede i Allinge på Hotel Allinge. Hotellet var dejligt centralt beliggende og med virkelig god forplejning og all inklusive.

En Start Fyldt med Oplevelser

Med en lokalt bosiddende guide, som stod på i Rønne, startede turen allerede med oplevelser på første dag, hvor vi så det nedlagte granitbrud i Vang. Det var imponerende smukt og en fantastisk start på vores eventyr.



Guiden Torsten: En Skat af Viden

Torsten, som guiden hed, viste os under hele turen steder, vi nok ikke selv ville have set som ikke-bosiddende på øen. Dette var et virkeligt plus. Vejret var med os, dog lige med en enkelt kraftig byge ved besøget på stedet, hvor de tektoniske plader mødes. Der var million år gamle aftegninger af bølgeskulp, vandmænd og andre vanddyr i bunden af forsteningerne. Det var utroligt fascinerende at se. Der kom nogle "drukne mus" tilbage til bussen, men det satte ikke en dæmper på humøret.

Det blev også til en tur til Svaneke Bryghus, hvor vi havde bestilt frokost.

Besøg i Ekkodalen og Boderne

Ekkodalen og handel i Boderne stod også på programmet, og begge dele var meget spændende. Et besøg på et glaspusteri med foredrag af Tobias Sode, ejer af Glød Glas Studio, var også en del af turen. Det var fascinerende at høre om hans arbejde og se de smukke, unikke ting, han laver.

Smagen af Bornholm

En tur til Bornholm er ikke fuldendt uden muligheden for at indtage Bornholms specialiteter. Vi nød selvfølgelig sol over Gudhjem og stegte saltsild i Hasle. I Hasle besøgte vi også Grønbechs Gård Museum, hvor der var udstillinger af forskellige typer kunst. Det var en meget flot og imponerende udstilling.

Historiske Hammershus

Selvfølgelig kommer vi jo heller ikke til Bornholm uden besøg på Hammershus. Den gamle borg er altid et højdepunkt, og denne tur var ingen undtagelse.

Alt i Alt en Vellykket Tur

Turen til Bornholm var en stor succes. Kombinationen af smukke landskaber, spændende aktiviteter og godt selskab gjorde denne tur uforglemmelig.



Ældre Sagen

"Herreværelset"

Afholdes følgende fredage kl. 12.30
9. aug. - 13. sep. - 11. okt. - 8. nov. - 13. dec. 2024

I Biblioteket & Kulturhuset Skoven4 på 2. sal.
Indgang fra Frederiksborgvej 15. Der er elevator.

Formålet med arrangementet er,
at mænd mødes en gang om måneden i 2-3 timer
til lidt mad og snak om almene ting og fælles interesser.

Der serveres:
2 stk. smørrebrød, 1 ostemad, 1 øl el. vand og kaffe for

70 kr.

***Kom og vær med, og kender du også andre mænd som savner lidt
"mandeselskab" så tag dem med.***

Der tilmeldes til et arrangement af gangen fra 14 dage før hvert arrangement til Bente Larsen på:

mail: bente.larsen@mailme.dk eller telefon 4046 7633.

Ella Hansen, mail ellahansen3@gmail.com tlf. 4141 3879

Ved tilmelding via mail eller sms får du svar tilbage med bekræftelse på tilmeldingen og aftale om betaling.

Få Økonomisk Overblik med Erik

Savner du hjælp til at gennemskue din økonomiske situation? Økonomi kan ofte virke uoverskuelig, men ved at sparre med andre, kan mange spørgsmål løses lettere, end man tror.

Mød Erik Thomassen

Erik Thomassen, med mange års erfaring inden for økonomi, har meldt sig som frivillig i ÆldreSagen. Han er klar til at hjælpe dig med at få styr på privatøkonomi, forsikring, pension, skat og andre økonomiske emner.



Sådan Får Du Hjælp

Hvis du er usikker omkring din økonomi eller har specifikke problemer, kan du kontakte Erik via e-mail: eriktho20@gmail.com. Skriv kort, hvad du ønsker hjælp til, og Erik vil derefter kontakte dig for at aftale nærmere.

Den tilbudte hjælp er gratis, og mødet kan finde sted enten i dit eget hjem eller efter nærmere aftale med Erik.

Tag imod muligheden for at få personlig og kompetent sparring.

“Det er tilfredsstillende at være frivillig, fordi jeg bruger min fritid på noget, der er meget meningsfyldt. Det er en fornøjelse at gøre noget for andre – og som frivillig får jeg lov til at dele det, jeg er god til med nogen, der ikke kan det samme.”

Erik Thomassen, frivillig



Efterlysning



**Du sidder nok derude,
og mangler bare at blive opfordret til at komme
og være med til at starte det op!**

Se side 5

Tirsdagsarrangementerne kl. 14.00 – 16.00

er de angivne tirsdage i programmet.

Det foregår i

Biblioteket og Kulturhuset Skoven4, Skovensvej 4, 3450 Allerød

Alle medlemmer er velkommen.

Deltagerbetalingen er 40,- kr. ved indgangen
for kaffe og kage, hyggeligt samvær og underholdning/foredrag

Fredag den 9. august.

Kl.12.30 Sammenkomst for mænd. Se side 12

”Herreværelset”

Tirsdag den 13. august.

Foredrag – Bedsteforældre og udsatte børn med Irene Karin Gjerløv

Irene er formand for Bedsteforeningen - Forening for bedsteforældre og andre relationer. Foreningen arbejder for, at bedsteforældre og andre relationer til anbragte børn i videst muligt omfang får en sikker og fast tilknytning til de anbragte børn, og at deres rettigheder vedrørende de anbragte børn overholdes og forbedres.

Fællessang

Mens vi hygger os og glædes over at vi samles igen efter sommerpausen, er der fællessang. Birgitta Olsson er pianist, og vil akkompagnere os til vores fællessang

Tirsdag den 20. august.

Musik

Duoen ”Glemmer du” med Jazzguitaristen Jakob Frandsen og sangerinden Mette Outzen “

fortolker PH’s smukke vedkommende viser, som vi kender dem fra dengang med Liva Weel.

Selvom mange af viserne er fra 1930’erne, føler de to musikere, at tekst og musik stadig er ligeså aktuel som dengang.

For temaer som kærligheden, glæden og livet på godt og ondt med et grand politik lige i øjet er jo en tidløs størrelse, som altid er værd at kæmpe for.



Tirsdag den 27. august.

Foredrag – Fragmenter fra et politiliv med John Lorentzen



John Lorentzen, tidligere politikommissær holder foredrag om sit 41-årige virke i dansk politi. Et medrivende foredrag fra en bred karriere i et hektisk miljø og krydret med spændende og lærerige oplevelser fra alle samfundslag. Vi får indblik i de mange forskellige opgaver politiet kommer ud for bl.a. indblik i de mange



forskellige efterforskningsenheder. Vi hører om Rejseholdet, terrorbekæmpelse Blekingegadesagen og hvilke særlige metoder og teknikker, der anvendes for at drive en effektiv drabsefterforskning.

Tirsdag den 3. september.

Musik og sang "Fra Tivoli til Skagen" med Stine og Martin

Stine & Martin har i årevis været publikumsfavoritter, og deres energiske optræden lige fra Tivoli Cabaret og Cirkusbygningen i København til Skagen Revyen har taget publikum med storm. Det er festlig underholdning, hvor sjove historier og fængende sange får dig til at danse på stolen og synge med af fuld hals.



Stine & Martin har en helt speciel evne til at tage "hul" på publikum og få skabt en festlig stemning. Børsen har flere gange givet 5 stjerner for deres medvirken i Skagen Revyen, så ofte når de underholder, sniger der sig også altid et revynummer med ind i repertoireet. Én ting er helt sikkert, det bliver ikke kedeligt!

Tirsdag den 10. september.

Foredrag – Mød Danmarks veteraner

En tidsrejse gennem Danmarks forsvars-, udenrigs- og sikkerhedspolitik fra 1945 og frem til i dag. Krydret med fakta og personlige fortællinger.



Dagens foredragsholder er:

Fhv. kontreadmiral **Torben Ørting Jørgensen** også kendt som **Thøger**.

Han er kendt fra DR2, Debatten m.m. og har en lang karriere i forsvaret bag sig. Torben Ørting Jørgensen er formand for foreningen Folk & sikkerhed og arbejder for at fortælle og oplyse danskerne om dansk forsvars- og sikkerhedspolitik og det robuste samfund.

Fredag den 13. september.

"Herreværelset"

Kl.12.30 Sammenkomst for mænd. Se side 12

Tirsdag den 17. september.

Musik - Revyens genklang med Birgitte Antonius og John Skou.

Revyens genklang tager publikum med på en rejse med revyviser fra helt tilbage til revyernes start og frem til i dag. Igennem showet formidler Birgitte revyviser, der blev fremført af blandt andet Osvald Helmuth, Ludvig Brandstrup, Elga Olga, Lily Broberg, Lisbeth Dahl og helt op til vor tids nulevende revystjerner. John Skou kæder sangene sammen med spændende og sjove anekdoter.



Tirsdag den 24. september.

Foredrag om Børneliv i det fri - i 1950'erne og 1960'erne

Med Bjørn Meidell

Den grønne by er historien om Arbejdernes Andels Boligforening afdeling 39 i Hjortekær, grundlagt i 1949 og bedre kendt som Elementbyen. Det ser ikke kun tilbage på en anden tid, men giver også et perspektiv på alt fra frihed og børneopdragelse til arkitektur og grønne områder. For hvad betyder børnelivet fra 1950'erne og 1960'erne og områdets grønne rammer egentlig for nutiden – og for fremtiden? Dengang blandede børnene sig med hinanden uden om sociale, kulturelle og økonomiske forskelle i en verden af leg, natur og frihed. Den grønne by er en fortæller for mere udendørs liv og bedre rammer for nutidens og fremtidens børn. Den er for alle, der interesserer sig for børneliv, historie, politik, samfund og arkitektur.



Tirsdag den 1. oktober.

Musik med duo Bajads - Morten Bolvig og Kim Dalum

De har erfaring med underholdning til seniorer med fællessang, grin og musik. De spiller de kendte sange fra 50'erne til 80'erne, som bliver fremført med et smil på læben, et glimt i øjet og på rigtige instrumenter som i de "gode gamle dage". Bajads betyder gavtyv, så derfor kommer vi ikke uden om sange af Kim Larsen og John Mogensen og de andre Bajadsere. De er kendt for deres charme, deres inddragende musikstil og for at sprede livsglæde blandt publikum.



Tirsdag den 8. oktober.

Foredrag om "Glæden ved at være gammel" med Jytte Hilden

Jytte Hilden har været gymnasielærer, rektor på Roskilde Katedralskole, medlem af Karlebo byråd og folketingsmedlem for Socialdemokratiet og Kulturminister samt kulturchef for Den Sorte Diamant. Livet er en lang række øjeblikke med lyst og leg, sorte sorger, hvide løgne og røde roser. Hvert eneste livsafsnit er forskelligt; først skal det lille barn blive større, så skal den voksne opføre sig fornuftigt, til sidst er der så meget at tænke på.



At blive ældre er at kunne huske alt, det sjove og det trælse, at sige goddag til farverige minder, at sige farvel til gode venner. Men alt for ofte beskrives alderdom kun i de dystre,

mørke toner med fokus på alt det tabte. Det er da tosset. Hvorfor ikke vende bøtten og i stedet sætte fokus på lykken ved at kunne huske lys og mørke. Der er masser af besværlige snubletråde; det er slet ikke nemt, det kræver både mod og nysgerrighed at leve livet hele livet. Hvad ellers?

Fredag den 11. oktober.

"Herreværelset"

Kl.12.30 Sammenkomst for mænd. Se side 12

Tirsdag den 15. oktober.

Musik om Louis Amström med Jazz for to

Få den musikalske fortælling om Louis Armstrong en af tidens største musikere.

Hans trompetspil og sang gav ham en popularitet, som ikke er overgået af nogen anden jazzmusiker.

Der er anekdoter og gode melodier i luften når Søren Peter Frøsig, trompetist, sanger og vild med Louis Armstrong, og Brian Svendsen på klaver og klarinet, leverer historierne og musikken med spilleglæde og et smil på læben.



Tirsdag den 22. oktober.

Foredrag om "Mine ti år i showbiz" med Peter Møller

Et levende foredrag med spændende, interessante og næsten utrolige selvoplevede historier krydret med masser af relevante "syng med" musikbidder.

Fra den danske musik vil der være historier om bl.a., Four Jacks, Otto Brandenburg, John Mogensen, Poul Rudi, Keld Heick, Kansas City Stompers, Gitte Hænnig, Tommy Seebach, Dario, Shu Bi Dua, Sebastian, Preben Kaas med mange flere.

Fra den udenlandske scene er der historier om Deep Purple, Poul McCartney, George Harrison, Ringo Starr, ABBA, Tina Turner, Cliff Richard, Diana Ross, Creedence Clearwater Revival, B. B. King, Electric Light Orchestra med flere.



Tirsdag den 29. oktober.

Bankospil

Vi spiller om gavekort og kontanter.



**Støt vores annoncører
- de støtter os -**



Tirsdag den 5. november.

Musikalsk foredrag om "Bonden" og Shu-bi-dua med Ivan Liljebæk

Som vi husker dem. Få den ucensurerede historie om Danmarks største pop-band, og ikke mindst den uforglemte historie om Michael Bondesen's privatliv. Om bandet, der flere gange var ved at kollapse bag scenen. Også sjove anekdoter om orkesteret og "Bonden" til hans sygdom og død i 2020. Vi skal høre Vuffeli-Vov, Står på En Alpetop, Hvalborg, Fed Rock og mange mange flere sange. Mest fra 70'erne hvor "Bonden" var frontfigur. Og vi var unge.



Fredag den 8. november.

"Herreværelset"

Kl.12.30 Sammenkomst for mænd. Se side 12

Tirsdag den 12. november.

Musik og sang med Birgit Lyngholm og Ellen Tang

Musikalsk underholdning med sang og klaver. Da mange har spurgt efter dem bliver det et glædeligt genhør med Birgit og Ellen, to helt igennem professionelle med henholdsvis sang og klaverspil. Deres repertoire strækker sig bredt fra Kai Normann Andersen og danske sange, over musicals til kendte operette- og operaer, krydret med klassiske klaverstykker, så er der nok at tage af.



Tirsdag den 19. november.

Svalbard – Historie – Fauna – Flora med Uwe Lindhardt

Svalbard er en øgruppe i Nordishavet og ligger halvvejs mellem det norske fastland og Nordpolen. I 1596 opdagede den frisksk-nederlandske Willem Barents øerne og herefter blev Svalbard målet for en intens jagt på hvaler og hvalrosser fra især Holland, men også fra England, Tyskland, Frankrig, baskerne og Danmark-Norge. I dag kommer turisterne for at opleve Svalbards spændende natur bestående af isdækkede fjorde, gletsjere, himmelstræbende fjelde og et unikt dyreliv – herunder isbjørne, polarræve og den særlige svalbard ren.



Ganske enkelt et perfekt sted at jage nordlys, med en bred vifte af forskellige aktiviteter. På Svalbard yngler 30 fuglearter og der er 164 blomsterarter og i havet er der pga. Golfstrømmen masser af fisk, sæler og hvaler.

Tirsdag den 26. november.

Teater – "Kærestebreve"

Kæreste breve (Love Letters) af A.R. Gurney handler om to mennesker, som fra deres tidlige ungdom forelsker sig dybt i hinanden – men skæbnen vil det anderledes. I deres ungdommelige kejtethed lader de deres følelser udtrykke sig i en brevveksling, som udvikler sig til

en livslang, intens korrespondance.

KÆRESTEBREVE er en gribende og humoristisk forestilling om livslang kærlighed mellem to mennesker.

Med masser af lune er Karen Borberg og Henning Hansen, Melissa og Andy, der fra deres skrivebord læser op af et helt livs korrespondance fra dengang man brugte blæk i en PARKER 51 til smukke breve.



***Billetter a' 200 kr. til sæsonafslutning den 10. december.
sælges fra i dag den 26. november. 2024.***

Tirsdag den 3. december.

Musik: Forrygende musikalsk show med Bertel Abildgaard

Bertel Abildgaard har den ide, at når han skal ud at optræde for seniorer, så skal det være nogle sange alle kender, eller også skal det være noget der er sjovt.

Derfor synger han med glæde sange af Kim Larsen, John Mogensen, Otto Brandenburg,

Bamse, Elvis og andre i samme stil. Men han bruger også egne sjove sange fra 5xKaj, og fra de revyer han har optrådt i. Man får også mulighed for at høre nogle af de sjove anekdoter fra de mennesker han har mødt i sin lange karriere, lige fra Grethe Sønck til Anette Heick. Så er du til sjov, sang og hygge, så kom og få en fornøjelig eftermiddag.



Tirsdag den 10. december.

Sæsonafslutning med spisning kl. 13.00 – 17.00

Vi slutter sæsonen med en hyggelig eftermiddag, og ønsker hinanden "glædelig jul" mens vi nyder lidt lækker mad.

Drikkevarer kan købes til de sædvanlige priser.

Billetter a' 200 kr. sælges fra den 26. november. 2024.

Fredag den 13. december.

"Herreværelset"

Kl.12.30 Sammenkomst for mænd. Se side 12

Forårs sæsonen starter tirsdag den 7. januar 2025.

**Støt vores annoncører
- de støtter os -**



Ældre @ Sagen

Allerød bestyrelse 2023/2024



Ella Hansen
Bestyrelse



Dorthe Agerby
1. Næstformand



Walther Thomsen
Formand



Vinnie Thomassen
2. Næstformand



Finn Larsen
Suppleant



Alice Sørensen
Bestyrelse



Bente Larsen
Bestyrelse



Jørgen Hendriksen
Bestyrelse



Kirsten Bechgaard
Bestyrelse



Bodil Søndergaard
Bestyrelse



Godtfred Petersen
Suppleant



Per Bechgaard
Suppleant



Marianne Ewald
Suppleant

Vi leverer til hele Danmark

Blomster
Buketter
Vin

Chokolade
Roser
Champagne

KRUKKERNE

4814 5424 - info@krukkerne.dk

www.bestil-blomster.dk

M.D. Madsensvej 14, 3450 Allerød

Allerød Stationsvej 10
3450 Allerød



ALLERØDFYS
fysioterapi • idrætsskader • træning

Telefon: 48 17 31 51
www.allerødfys.dk

- Senior træningshold
- Vederlagsfri fysioterapi
- Fysioterapi
- Motionscenter
- Hjemmebehandling
- Ultralydsscanning

Fysioterapi med fokus på dig

Kvickly

M.D. Madsensvej 21

3450 Allerød

Tlf. 48 17 20 85

BYENS

10%

OGSÅ MAD UD AF HUSET

CAFÉ & PIZZERIA

M. D. Madsensvej 4 - 3450 Allerød (ved Apoteket)

TELEFON 48 14 08 07

www.byens-restaurant.dk | Åbningstider: mandag - lørdag kl. 11.00 - 22.00 · Søndag og helligdage kl. 12.00 - 22.00

Kontakt os
gerne for et
uforpligtende
tilbud



Fra HJEM til HJEM



Ring til os:

Marianne Hvid 28 70 38 78

Randi Dam 26 15 85 32

Mail: frahjemtilhjem1@gmail.com

Vi hjælper dig med TRYK OG OMSORGSFULD FLYTTEHJÆLP



Står du foran flytning til en mindre bolig, ældrebolig eller plejehjem skal der tages hånd om mange praktiske ting.

- Indretning af din nye bolig så den fungerer, og du føler dig hjemme.
- Nedpakning og udpakning samt kontakt til flyttefirma.
- Sortering, oprydning samt håndtering af de ejendele som du ønsker at skille dig af med.
- Andre opgaver du måtte have, relateret til din flytning.

Din bolig er et vigtigt fundament i dit liv. Vi skaber et trykt forløb, hvor du føler dig set, og hvor vi sammen med dig løser de udfordringer, der er ved en flytning.

Vi er begge erfarne i indretning af hjem og er praktisk anlagt. Vi glæder os til at hjælpe dig trygt på plads i dit nye, hyggelige og personlige hjem.

DRACHMANN ADVOKATER

WWW.DRACHMANN.DK

GRATIS SEMINAR OM FREMTIDSFULDMAFTER, ARV OG TESTAMENTE

Du er hermed inviteret til at deltage i vores gratis seminar, omhandlende fremtidsfuldmagter, arv og testamente.

Seminaret varer ca. 2 timer og finder sted; tirsdag den 17.09.2024 kl. 17.00, på vores kontor beliggende Gydevang 39-41, 3450 Allerød, her vil vi byde på lidt mad og drikke.



Advokat Mette Rude Clemmensen vil komme ind på bl.a. fordeling iht. arveloven, tvangsarveregler, særejebestemmelse og meget mere. Der vil også være tid til at besvare dine spørgsmål.

Har du/I lyst til at høre mere, skal tilmelding ske til receptionist Marie Holst på tlf. 49 21 01 80 eller e-mail: rec@drachmann.dk senest den 6. september kl. 13.00.

ALLERØD Gydevang 39-41, 2. sal, 3450 Allerød

TELEFON 49 21 01 80

E-MAIL da@drachmann.dk

WWW.DRACHMANN.DK



Inkl.
bus fra
**Lynge og
Allerød**
til lufthavnen
t/r

Seniorrejser

Grupperejser til friske og livsglade seniorer

Smukke Madeira

21. - 28. oktober 2024

Inkluderet i rejsen:

- Bustransport fra din kommune til lufthavnen t/r
- Guide assistance ved check-in i lufthavne
- Direkte fly t/r
- Lufthavnsskatter og -afgifter
- Indchecket bagage
- Transport fra Lufthavn til hotellet t/r
- 7 overnatninger på 4 stjerned hotel i delt dobbeltværelse
- 7 x morgenmad på hotellet
- 4 x frokost i forbindelse med udflugter
- 7 x aftensmad på hotellet
- 4 x udflugter jf. program, inkl. entréer
- Erfaren dansk rejseleder
- Godt selskab med ligesindede seniorer

Du bliver hentet centralt i din kommune og får hjælp til check-in og bagageaflevering.

På rejsemålet har din rejsegruppe jeres helt egen erfarne danske rejseleder hele ugen - både på hotellet og på udflugterne.

Ugens program:

- Byrundtur i hovedstaden, Funchal, bl.a. med smagsprøver af den kendte Madeira-vin
- Øens mest fantastiske udsigter, bl.a. til "Nonnernes dal" og Winston Churchill's yndlingssted, det idylliske fiskerleje Câmara de Lobos
- Idylliske og frodige Santana på øens nord-side, kendt for sine farverige, trekantede og stråttækte huse
- Besøg i kystbyen Santa Cruz samt mindre gåtur langs én af øens berømte levadaer (Madeiras vandingskanaler)
- 2 dage til fri disposition

Deltagerpris: Kr. 12.995 pr. person
(Eneværelsestillæg kr. 2.195)



Godt selskab for livsglade seniorer

Tlf. 27 31 37 05 • www.bellarejser.dk • info@bellarejser.dk

IT-Kurser

Et tilbud til dig



Kursus – Nye kurser starter forår og efterår.

Studiekreds – For dem, der kan meget selv, men gerne vil inspireres og inspirere andre.

Temamøder – Aktuelle emner, der behandles på et par timer.

IT-hjælp – Åbent hus hver tirsdag kl 12-14 (fra september) og hver onsdag kl 10-12 (fra august)

Hvis du vil vide mere, så kig på vores hjemmeside:

www.senior-it-alleroed.dk

Senior IT Alleroed



ELHOLM BEGRAVELSE

Virum tlf. 45 83 45 30 • Hellerup tlf. 39 65 45 30



Gratis og uforpligtende rådgivning vedr. Min sidste vilje

- Få dokumentet tilsendt
- Udfyld det online på elholmbegravelse.dk
- Hent ved en af vores forretninger

Uddannede og certificerede

LONE ANDERSEN
CHRISTINA GAUGUIN

Rigtige bededamer
elholmbegravelse.dk

Forbrugerrådet
TÆNK anbefaler ISO9001



Grønnevej 83, 2830 Virum • Callisensvej 5, 2900 Hellerup

Siden 2014 har vi plantet et træ
for hver kiste vi har solgt



Allerød



M. D. Madsensvej 19 - 3450 Allerød - Tlf: 40 40 07 06

Støt vores annoncører
- de støtter os -





Allerød Bog & idé

M.D. Madsensvej 8 • 3450 Allerød

Telefon 48 17 27 70

E-mail: 4012@bogpost.dk • www.bog-ide.dk

- Vin, Altid færdige gaver
- Spiritus fra hele verdenen
- Chokolade fra Sv. Michelsen
- The 51 forskellige slags.

SKJOLD BURNE

Vinglæde siden 1928

M. D. Madsensvej 4 C, 3450 Allerød

E-mail.: vin@skjoldburne-allerod.dk

WWW.skjoldburne-allerod.dk

TLF.: 48 17 29 88



Din vin og tobakshandler

Åbent hver dag fra 8.00

Man-fredag til: 18.00

Lørdag til 14.00



Super Brugsen

www.lynge-brugs.dk



LYNGE-UGGELØSE BRUGSFØRENING

Åben
Hverdag 07-19
Weekend 07-18



FARUMHUS
BRØD, KAGER & KAFFE

Åbner
Hver dag
kl. 07



Strøby Turist

FORÅRSTUR
19. MAJ-23. MAJ 2025
SYDHAVSØERNE



Dette års tur er et lille "Ø HOP" med bus, vi bor i Maribo på

MILLING HOTEL SØPARK

med halvpension på hotellet.

Drikkevarer for egen regning.

I prisen, som endnu ikke er fastlagt, vil der være 3 x frokost med
1 genstand samt 1x kaffe med lagkage.

Endeligt program er endnu heller ikke helt fastlagt, men der vil
være udflugter hver dag.

Teknisk arrangør:

STRØBY TURIST.

OBS!

Du skal være selvhjulpne for at deltage i turen.

Forhåndstilmelding (ikke bindende) eller blot information kan ske
ved henvendelse til:

mail: pk.bechgaard@gmail.com

Kirsten Bechgaard tlf 60 82 86 87

Per Bechgaard tlf 53 34 84 36

Tur arrangører for ÆldreSagen:

Kirsten og Per Bechgaard

Bente og Finn Larsen

Aktiviteter

Efterårssæsonen starter tirsdag den 13. august 2024

I nødvendigt omfang er der anført startdatoer på nedenstående aktiviteter. Desuden er aktiviteterne anført efter de overordnede emner.

Hvor ikke andet er angivet sker aktiviteten i Biblioteket og Kulturhuset Skoven 4, Skovensvej 4, 3450 Allerød

Har du brug for Social støtte og rådgivning?

Besøgsven

Vi mangler besøgsvenner!

Vi håber der blandt alle jer medlemmer, er nogen der har overskud og lyst til at bruge en times tid om ugen til at gøre en forskel for et andet menneske

Vi er i øjeblikket en halv snes besøgsvenner, der sætter stor pris på at være noget for andre og at kunne gøre en forskel for et andet menneske. Har du overskud og lyst til at være besøgsven, så kontakt Ivan Christiansen, tlf. 29 39 16 93, Email: ivanchr@mail.tele.dk

Besøgsvært

Har du brug for og lyst til at få besøg af en besøgsven, hvor I kan få en snak over kaffen, gå en tur, se billeder, læse avis og meget andet? Så lad en frivillig besøgsven blive et lyspunkt for dig i din dagligdag. For at høre nærmere om, hvordan det foregår, så kontakt Ivan Christiansen, tlf. 29 39 16 93, E-mail: ivanchr@mail.tele.dk

Bisidder

Bisidderen kan hjælpe dig med forberedelse til mødet med f.eks. visitorator, læge m.fl. og være din medlytter og støtte under mødet. Bisidderen er ikke din rådgiver, men kan hjælpe dig med at forstå det aftalte.

Bisidderen har tavshedspligt. Bisidderordningen er gratis for dig.

Kontakt Dorthe Agerby tlf. 51 72 70 25 eller E-mail: agerby2009@live.dk

Vinnie Thomassen, tlf. 51 88 15 66, E-mail: vinniethomassen@gmail.com



Støt vores annoncører
- de støtter os -

Den hjælpende hånd

Kommer gerne og hjælper til med småtjenester, som ikke indgår i de offentlige ydelser. Der udføres ikke arbejdsopgaver, der hører ind under hjemmehjælpsordningen eller kræver en autoriseret håndværker ligesom der heller ikke udføres havearbejde (græsslåning, hækklipping, snerydning og lign.)



Ønsker du hjælp, så kan du kontakte en af nedennævnte:

John Friese tlf.: 30 70 50 38, eller

John Nielsen tlf.: 23 86 29 66, eller

Bent Schat-Holm tlf.: 26 81 65 13, eller

Eigil Holm Jepsen tlf.: 29 32 03 66.

Hjælpen er gratis, men der betales for evt. materialer samt for hjælpers kørsel (pris i flg. Statens gældende takster pr. km)

Vil du være med til at hjælpe, så kontakt John Friese tlf.: 30 70 50 38.

NY! Juridisk rådgivning NY!

Ældre Sagen Allerød tilbyder gratis juridisk rådgivning.

Advokat Maria Lund træffes den 2. og 4. mandag i hver måned i tidsrummet 13.15-15.

Det foregår på 1. salen i lokale E i Biblioteket og kulturhuset Skoven4.

Vejledningen er gratis, men kan kun ske efter forudgående aftale.

Skriv til Maria Lund på mhl@birkeroadadvokater.dk for at aftale en tid.

Maria Lund kan vejlede om mange juridiske forhold, herunder forhold vedrørende lejekontrakter, familieretlige forhold som testamenter, ægtepagter og fremtidsfuldmagter, formidlingsaftale indgået med ejendomsmægler i forbindelse med salg af ejendom, købsaftale i forbindelse med køb af fast ejendom, vedtægter og eventuelle vedtægtsændringer i ejerforeninger, andelsforeninger eller grundejerforeninger og lignende.

Har du juridiske spørgsmål ud over ovenstående, er du naturligvis stadig velkommen til at rette henvendelse.

**Støt vores annoncører
- de støtter os -**



Rådgivning

Ældre Sagens udvalg for sundhed og ældrepolitik følger med i kommunens service over for vore medlemmer for at sikre, at de får den service, de har behov for. Det drejer sig bl.a. om hjemmehjælp til personlig pleje, rengøring og hjælpemidler, genoptræning og transportmuligheder.

Vi samarbejder og koordinerer også vor indsats med Seniorrådet.

Hvis du føler, at du ikke får den hjælp og behandling, du mener dig berettiget til, så kan du kontakte formanden for Ældre Sagens udvalg Dorthe Agerby.

Hvis du vil høre mere om demens, og hvordan man får hjælp så kontakt også

Dorthe Agerby, tlf. 51 72 70 25, E-mail: agerby2009@live.dk eller

Vinnie Thomassen, tlf. 51 88 15 66, E-mail: vinniethomassen@gmail.com

Tryghedsopkald

Tryghedsopkald er en tjeneste, hvor du dagligt også lørdag og søndag kan få et opkald på telefonen ml. kl. 8 og 9 af frivillige personer der er tilknyttet denne aktivitet.

Opringningens varighed vil være højst 2 minutter.

Svarer du ikke på opringningen du får, skal du forvente at blive kontaktet igen. Eller de pårørende der er lavet aftale med, vil blive kontaktet igen.

Kontakt: Ingibjörg Busse, tlf 28 18 39 22, E-mail: i40busse@gmail.com



Vågetjeneste

Har du som pårørende brug for hjælp omkring en døende, så har vi en vågetjeneste, der kan bistå dig.

Vågetjenestens Vagttelefon tlf. 93 86 08 25.

Ønsker du at indtræde i vågetjenesten, så kontakt

Dorte Enø Helmudt tlf. 50 42 80 61 eller Charlotte Erfurth tlf. 93 97 21 00.

NY! Økonomisk overblik NY!

Savner du hjælp til at gennemskue din økonomiske situation?

Ældre Sagen Allerød tilbyder gratis økonomisk vejledning.

Erik Thomassen, der har mange års erfaring indenfor økonomi, har tilbudt at være frivillig i ÆldreSagen.

Hvis man er usikker omkring, eller har problemer indenfor f.eks. privatøkonomi, forsikring, pension, skat og lignende, er man velkommen til at kontakte Erik Thomassen og få hjælp omkring emnerne.

Du tilmelder dig via e-mail: eriktho20@gmail.com, hvor du kort beskriver, hvad du ønsker hjælp til.

Erik Thomassen vil derefter kontakte dig for at aftale nærmere.

Mødet vil finde sted enten i dit eget hjem eller efter nærmere aftale med Erik Thomassen.

Sundhed. Livskvalitet i den 3. alder

Den anden fredag i måneden, kl. 13.00 -15.30.

Studiekreds med oplæg om sundhedsrelaterede emner. Udveksling, inspiration og debat. Vi lægger vægt på at styrke vore ressourcer og mindske vore belastninger og skavanker. Pt. ingen ledige pladser.

Kontakt Alis Moss, tlf. 24 21 48 47.

“Har du brug for IT-hjælp?”

PC-hjemmesupport og undervisning ydes af Senior IT

Se hjemmesiden Senior-it-alleroed.dk

Senior IT tilbyder hjælp til løsning af PC-problemer hjemme ved egen PC eller pr. telefon.

Kontakt Hans Clemensen, tlf. 21 80 01 27.

Nærmere program og oplysninger på hjemmesiden: Senior-it-alleroed.dk eller kontakt, Birthe Buch-Hansen, tlf. 26 22 27 33, eller senior.it.alleroed@gmail.com

ÆldreSagen yder også hjælp ved problemer med PC pr. telefon eller hjemme hos dig.

Kontakt Hans Clemensen, tlf. 21 80 01 27 eller Jens Kruise, tlf. 31 61 67 53.

Motion

Gymnastik

Sted: Pensionisthuset lokale F

Pris: 200 kr. for sæsonen

Hold 1: Tirsdage kl. 9.30 – 10.30.

Sæson: 27. august 2024 – 6. maj 2025

Instruktør: Merete Larsen, tlf. 27 28 06 82.

Hold 2: Tirsdage kl. 10.45 – 11.45.

Sæson: 27. august 2024 – 6. maj 2025

Instruktør: Merete Larsen, tlf. 27 28 06 82.

Hold 3: Onsdage kl. 9.00 – 10.00.

Sæson 2. oktober 2024 - 16. april. 2025

Instruktør: Elisabeth Højholt Sørensen, tlf. 31 65 40 42.

Fælles for hold 1, 2 og 3, vinterferie uge 7, og efterårsferie uge 42.

Start efter nytår tirsdag d. 7 og onsdag d. 8. januar 2025.



Der er ventelister til alle tre hold.

Senior Yoga

Torsdage, Sted: 1. sal Lokale F.

Ældre Sagen anbefaler interesserede at indhente yderligere information hos:
Instruktør Louise Skou Rehfeld, tlf. 42 28 08 09, E-mail: louse.rehfeld@hotmail.com

Kun for Ældresagens medlemmer som er 65+

SeniorDans

Senior Dans er ikke en del af Ældre Sagen, men anbefaler deltagelse.

Torsdage fra d. 19. sept. kl. 13.15-15 til udgangen af marts.

Alle er velkomne til et par fornøjelige timer, både enlige og par. Det foregår i Centerhallen.

Kontakt Carsten Mangor Schmidt tlf. 30426893.

Stolegymnastik onsdage 10.30 – 12.00

Siddende træning.

Øvelser der styrker muskler, balance, bevægelighed, udholdenhed og koordinationsevne.

Sæson: 11. september 2024 - 30. april 2025.

Efterårsferie den 16-10-2024, juleafslutning den 11-12-2024.

Start efter nytår onsdag den 8-01-2025, vinterferie den 12- 02-2025,

afslutning onsdag den 30-04-2025.

Instruktør: Bente Skytte Olsen, tlf. 48 17 00 14.



Stavgang

Ældre Sagen anbefaler deltagelse hos Allerød Stavgang. Du er også velkommen uden stave.

Hold alle ugens hverdage. Motion, natur og fællesskab.

Se hjemmesiden: alleroedstavgang.dk.

Traveture

Mandage kl. 9.30 – 11.30. Turlængde: 8 - 9 km.

Svend Ole Jørgensen, tlf. 50 51 14 83.



Onsdage kl. 10 – 12.30. Turlængde: 6 - 7 km.

Helge Jørgensen, tlf. 40 32 15 02.

Turene foregår i al slags vejr.

Mødested: Forpladsen ved Biblioteket, Skovensvej 4.

Træning i naturen

Tirsdage kl. 9.30 - 11.

Sted: Start fra Karatehuset, Skovensvej 10, Allerød.

Vi bruger naturen som træningsrum for at få mere energi og for at vedligeholde kroppen.

Tilmelding ikke nødvendig.

Alis Moss, tlf. 24 21 48 47.



Spil

Billard

Tirsdage kl. 9.30 – 12.00. Ring om der er ledig plads.

Fredage kl. 9.30 – 12.00. Der er venteliste.

Kontakt: Asger Jespersen, tlf. 20 14 65 70.



Bowling PRIK

Sted: Ballerup Bowling, Tempovej 35, 2750 Ballerup

Torsdage kl. 10.30 - 12.30

Sæson 1. september - 31. maj.

Kontakt: Svend Ole Jørgensen, tlf. 50 51 14 83.

E-mail: svolej@gmail.com

Der er plads til flere spillere, så du er meget velkommen.



NY! Brætspil og hygge NY!

Brætspil og hygge

Som noget nyt inviterer vi til brætspil og hygge. Vi skal have det sjovt og prøve nogle spil, som du måske ikke kender!

Vi mødes torsdag den 14. november og den 28. november kl. 14-16 på Allerød Bibliotek. Der er plads til 12 personer, og alle kan være med til denne sjove aktivitet.

Kontakt Vinnie Thomassen, tlf. 51 88 15 66.

Bridge

Hold 1. Mandage kl. 10.00 – 13.00

Instruktør: Bent Adstofte, Claus Eliassen.

Hold 2. Mandage kl. 13.15 – 15.30

Instruktør: Finn Elton Thomsen.

Hold 3. Mandage kl. 19.00 – 21.30 (Turnering).

Instruktør: Stig Christensen.

Hold 4. Onsdage kl. 12.00 – 14.30 (Begyndere)

Instruktør: Stig Christensen

Igangværende hold fortsætter.

Nye spillere kan kontakte Stig Christensen,

tlf. 29 90 30 24 eller E-mail: stig3450@gmail.com



Dart

Mandage kl. 10.00 – 12.00 1. sal på Allerød Bibliotek, Skovensvej 4.

Sæsonen starter 2. september 2024

Der er enkelte ledige pladser, og du er meget velkommen til at deltage, også selv om du ikke har prøvet det før.

Kontakt: John Olsen, tlf. 48 17 00 14



Petanque

Vi er 35-40 spillere, der trofast mødes om petanque, og der er også plads til dig.

Hver gang danner vi hold ved lodtrækning, og vi nyder fællesskabet og den gode stemning. Alle kan være med, og hvis du har lyst til at prøve petanque, så kontakt John.

Sted: Petanquebanerne ved Lyngehallen

Onsdage kl. 9.45 – 12.00

Sæson slutter 25. september 2024 og starter igen april 2025.

Kontakt: John Olsen, tlf. 48 17 00 14.



Whist

Onsdage kl. 19.00 – 22.00

Vi har plads til flere medlemmer der har lyst til at spille uforpligtende whist, hvor der er plads til snak og grin, så kom og vær med.

Sæson sep. - apr.

Kontakt: Birk E. Hansen, tlf. 26 37 50 00



Interessegrupper

Debat

Samtale om aktuelle spørgsmål.

Er du træt af overfladesnak? Savner du dybdegående samtaler om aktuelle og eksistentielle spørgsmål? Maks. 10 deltagere på hvert hold.

Hold 1. Hver anden torsdag (ulige uger) kl. 14.00 – ca. 16.30.

Start 1. ulige uge september 2024 – slut ultimo maj 2025

Steffen Christiansen, tlf. 22 94 20 71.

Hold 2. Hver anden torsdag (lige uger) kl. 14.00 – ca. 16.30.

Start 1. lige uge september 2024 – slut ultimo maj 2025

Arne Frost Nielsen, tlf. 28 96 85 66.



Debatgruppe om kunstig intelligens

Hvad er kunstig intelligens? Hvor bruges det? Hvilke dilemmaer er der? Kan jeg selv bruge det?

Fire onsdage den:

25. sept., 9. okt., 23. okt. og 6. nov. kl. 13-15.

Lokale C, 1. sal på Allerød bibliotek.

Ingen forudsætninger er nødvendige. Der er plads til 14 deltagere.

Kontakt Eva Hansen, tlf. 30 95 50 70, ehansen.bx2@gmail.com

Højskolesang

Sted: Sognegården, Kærvej 20, Blovstrød.

Den 2. torsdag i måneden kl. 10.00 – 11.30.

Hanne Hauberg, tlf. 25 77 49 85.



Litteraturkredse

“Bliv medlem i en af Ældre Sagens læsekredse - eller start en selv!”

Er du glad for at læse og vil du gerne dele læseoplevelserne med andre er læsekredsen lige noget for dig.

Vi snakker om bøgerne, bliver klogere ved at høre de andres iagttagelser, og ting, du ikke selv har tænkt over, dukker op i samtalerne.

Vi griner og græder sammen over romanerne, og oplevelser fra eget liv styrker fællesskabet.

Mærk samhørigheden med andre i mødet over romanerne.

Du kan kontakte en af nedennævnte:

Hold 1. Den anden onsdag i måneden kl. 15.00 – 17.00.

Start 2. onsdag september 2024, slut 2. onsdag maj 2025

Lene Fredens tlf. 30 27 10 92.

Hold 2. Den første onsdag i måneden kl. 15.00 – 17.00.

Start 1. onsdag september 2024, slut 1. onsdag maj 2025

Jytte Olsen tlf. 20 64 17 82.



Hold 3. Den første onsdag i måneden kl. 10.00 – 12.00.

Start 1. onsdag september 2024, slut 1. onsdag maj 2025

Jette Jungersen tlf. 21 22 32 40.

Hold 4. Den anden onsdag i måneden kl. 12.00 – 14.00

Grete Holm tlf. 22 86 67 33.

Hold 5. Den anden tirsdag i måneden kl. 14.00 – 16.00

Tema: "Power People"

Stat tirsdag den 10. september, slut den 10. juni 2025

Eva Hansen tlf. 30 95 50 70, ehansen.bx2@gmail.com

Vil du starte en læsekreds selv, så kontakt Eva Hansen, tlf. 30 95 50 70, ehansen.bx2@gmail.com for råd og vejledning om opstart under ÆldreSagen. For lokale, kontakt Hans Clemensen tlf.: 21 80 01 27.

Madklubber for mænd

Sted: Lillerød Skole, Frederiksborgvej 65, Allerød
Onsdage og torsdage i lige uger kl. 16.00 – 21.30.
Onsdage: Erland Nielsen, tlf. 48 17 27 08.
Torsdage: Peter Bregnedal, tlf. 42 61 00 03
Kontakt holdlederne om startdato og om evt. ledige pladser.
Der betales for råvarer.



Spise venner

Sted: Byens Café og Pizzeria
NB.! Hver 1. tirsdag i måneden hele året. Umiddelbart efter tirsdagsmødet ca. kl. 17.00.
Der er rigtig mange mennesker der sidder og spiser alene hver dag, men kom og deltag i et hyggeligt selskab sammen med ialt ca. 20 personer.
Tilmelding i Salen i Biblioteket om tirsdagen fra ugen før eller til Ella Hansen, tlf. 4141 38 79.



Strikkecafé

Sted: Sognegården, Kærvej 20, Blovstrød.
Hver 2. mandag i lige uger fra september til maj kl. 10.00 – 12.00
Kom og vær med i strikkecaféen. Medbring selv materialer.
Vi strikker efter eget ønske eller små trøjer til Røde Kors.
Kontakt Birthe Kargaard, tlf. 48 17 63 98, eller Hanne Hauberg, tlf. 25 77 49 85.



Engelsk

Niveauet er Engelsk i hverdagen.

Mandag kl. 13.00 – 15.00
Instruktør & kontakt: Birgitte Lundemann, tlf. 48 17 15 82, tlf. 41 62 85 82, bdl@lundemann.dk
Holdet er helt optaget.



Tirsdag kl. 15.00 – 17.00
Instruktør & kontakt: Irene Karin Gjerløv, tlf. 23 74 30 74, irene@sonnes.eu

Lokalbestyrelsen i Allerød

Walther Thomsen	Formand	thomsen.walther@gmail.com	40 60 73 84
Dorthe Agerby	1. Næstformand	agerby2009@live.dk	51 72 70 25
Vinnie Thomassen	2. Næstformand	vinniethomassen@gmail.com	51 88 15 66
Alice Sørensen	Bestyrelsesmedlem	alicesorensen1234@gmail.com	40 96 54 23
Bente Larsen	Bestyrelsesmedlem	bente.larsen@mailme.dk	40 46 76 33
Bodil Søndergaard	Bestyrelsesmedlem	jambogodt@gmail.com	20 47 48 24
Ella Hansen	Bestyrelsesmedlem	ellahansen3@gmail.com	41 41 38 79
Jørgen Hendriksen	Bestyrelsesmedlem	jorgen.hendriksen@post.tele.dk	40 73 32 52
Kirsten Bechgaard	Bestyrelsesmedlem	pk.bechgaard@gmail.com	60 82 86 87
Finn Larsen	Suppleant	befi@larsen.mail.dk	23 38 98 64
Marianne Evald	Suppleant	marianne.evald@dukamail.dk	27 50 85 56
Per Bechgaard	Suppleant	pk.bechgaard@gmail.com	53 34 84 36
Godtfred Petersen	Suppleant	jambogodt@gmail.com	25 17 48 14

Der afholdes bestyrelsesmøder:

20. august, 17. september, 15. oktober og 19. november.

Claus de-Lichtenberg Kasserer KS.Alleroed.201@aeldresagen.dk 81 71 52 72

Aktivitetsudvalg:

Finn Larsen, Bodil Søndergaard, Kirsten og Per Bechgaard

Redaktion:

Walther Thomsen, Kirsten Bechgaard, Bodil Søndergaard, Eva Hansen,

Vinnie Thomassen og Bente Larsen

Announce ansvarlige:



Walther Thomsen
Tlf.: 40 60 73 84
thomsen.walther@gmail.com

Vinnie Thomassen
Tlf.: 51 88 15 66

vinniethomassen@gmail.com



Layout: Per Jacobsen.

Ret til ændringer i programmet forbeholdes.

Forårssæsonen starter 7. januar 2025.



Poul Erik Bech

Vi gør en forskel for dig og dit salg



Sæt til salg
og få op til
70.000 kr.
i rabat
gennem Ældre
Sagen

Vil du vide hvad
din bolig er værd?

Start med en gratis og uforpligtende vurdering af din bolig

Kontakt din lokale mægler i Allerød



Ditte Ørum
Afdelingsleder,
ejendomsrådgiver, MDE
Tlf. 58 58 74 29



Dan Lüth Bjerre
Partner, Indehaver
Tlf. 58 58 78 95



Scan koden og få en gratis
vurdering af din bolig