

Ældre @ Sagen

Hobro

37. årgang

2. halvår 2024

Sommerstemning i Hobro - Mariager Fjord



Styrk Ældre Sagens arbejde og få glæde af vore tilbud, arrangementer, råd og støtte



Sparekassen
DANMARK

INDHOLDSFORTEGNELSE

Side

Formandens meddelelser	3
Kontorfrivillige, Den hjælpende hånd og Gratis rådgivning fra Ældre Sagen	4
Gråspurvvene - et mødested for ”piger” - De Gæve Mænd - et mødested for ”mænd”	5
Pas på dit kørekort	6
IT-kriminalitet	6
3 dages tur til Sønderjylland 22., 23. og 24. september	7
Æblet – historie og velsmag	8
Vaccination – Danske Lægers Vaccinations Service mod influenza og covid	8
Søndagscafé med filmen ”Madeleines Paris”	9
Løvfaldstur	9
Hold Hjernen Skarp	10
Lørdagscafé med underholdning af Henning Toft Bro	11
Danmark spiser sammen	12
Virksomhedsbesøg på Schnoor Plast, Valsgaardvej 10, Hobro	13
Juletur til Nordens største julemarked i Torrild ved Odder	13
Juleaften i Biecentret	14
Social humanitære tilbud	15-16
Ugentlig Ældre Walk / IT Café i Medborgerhuset	17
Løbende aktiviteter: Slægtsforskning, krolf, bowling og motion for ældre 65+	18-19
Lokalbestyrelsen, kontoradresse, tlf., hjemmeside og mail/vedr. arrangementer	20

Redaktion og opsætning af bladet: Gunnar L. Hansen

Trykning af bladet i 2.800 eksemplarer: Hobro Lyntryk

www.kmfs.dk

**AUT. KLOAK- & MURERMESTER
FINN SØRENSEN APS**

Bundgårdvej 1 Nr. Onsild 9500 Hobro

Tlf.: 98 51 11 01 Mobiltlf.: 22 58 06 13

Kære medlemmer

Det er med glæde Ældre Sagen Hobro fremsender det kommende efterårsblad. Vi har fra bestyrelsens side endnu en gang forsøgt at lave et bredt og alsidigt program med mange aktiviteter og ture.



Henning Laursen

Ældre Sagen Hobro har næsten 3.000 medlemmer, og er en stor lokal afdeling af Ældre Sagen. Vi har kontor i Medborgerhuset i Hobro – se adresse og åbningstider på bladets bagside.

Vi er nu 105 frivillige, og det glæder bestyrelsen at se det store engagement alle de frivillige udøver, det er meget forskelligt hvad de frivillige laver og kan hjælpe med. Nogle af de mange tilbud er vist på side 15 og 16.

Der er efterhånden mange af jer, der tilmelder jer til vores arrangementer via hjemmesiden. Det er vi glade for, da det er en stor lettelse for vores kasserer.

Generelle IT-kurser er vi stoppet med, da søgning til disse kurser er stærkt aftaget. Vi har dog stadigvæk IT-Cafe', hvor du kan få hjælp, hvis du har spørgsmål til Internet, mail, e-Boks, Excel eller andet. Mød op i Medborgerhuset mandage kl. 10-12 Deltagelse er gratis.

Gråspurvene - et mødested for piger - har tilslutning af 215, der deltager i forskellige arrangementer i årets løb - se mere side fem.

De Gæve Mænd – er en mandeklub, hvor vi laver aktiviteter for mænd. Vi er nu 63 deltagere. Se mere side fem.

Bestyrelsesmedlem Steen Birtø Steffensen er trådt ud af bestyrelsen, i stedet er suppleant Niels Kristian Mølgaard tiltrådt som nyt bestyrelsesmedlem.

Ved at være medlem af Ældre Sagen støtter I et godt formål, og er dermed med til at påvirke den politiske dagsorden på ældreområdet, både lokalt og på landsplan. Det vil vi gerne sige tak for.

Jeg vil gerne opfordre jer, der ikke er tilmeldt nyhedsbrevene fra Ældre Sagen Hobro, til at tilmelde jer. Det kan I gøre på vores lokale hjemmeside.

Bestyrelsen ønsker alle en god sommer.

Henning Laursen /Formand



Få et tilbud på nordjyske kvalitetsforsikringer.
Vi garanterer et smertefrit forsikringsskifte,
og klarer alt papirarbejdet - ring 96 98 18 00.



Kontorfrivillige

Ældre Sagen Hobro har kontor i Medborgerhuset, Skibsgade 28, Hobro.

Der er 6 frivillige kontorpiger, som på skift arbejder på kontoret.

Kontorets frivilligleder er Birthe Hofmann.

Kontoret er åbent mandag og torsdag kl. 10.00 - 12.00.

Sidste åbningsdag inden sommerferien er den 27. juni.

Kontoret åbner igen 12. august 2024. Vi holder også lukket 14.-20. oktober

Sidste åbningsdag inden jul er torsdag den 19. december 2024, og åbner igen mandag den 6. januar 2025.

Ferielukning: Følger normalt skolernes ferier.



*Stående fra venstre: Lisbeth Jacobsen, Birthe Hofmann og Jette Bjørnsgård Jensen
Siddende fra venstre: Inga Kjærsgaard, Birthe Kornum Pedersen og Dorte Bang*

Den hjælpende hånd

Ældre Sagen tilbyder praktisk hjælp til småopgaver i hjemmet hos alle medlemmer, for eksempel at skifte en pære, hænge et gardin eller billede op, slå et søm i, skifte batterier eller andre små reparationer.

Tilbuddet gælder mindre opgaver til højst en time.

Kontakt Ældre Sagens kontor tlf. 23 46 46 44 eller Søren Kristensen direkte tlf. 22 13 56 24.



Gratis rådgivning fra Ældre Sagens Landskontor

Har du brug for juridisk eller social telefonisk rådgivning kan du kontakte Ældre Sagens kontor i København tlf. **80 30 15 27**.

Vi er gerne behjælpelige med kontakten.

ERINDRINGSBØGER I SMÅ OPLAG

Har du skrevet dine erindringer og gerne vil have dem trykt med billeder - så står vi klar til at hjælpe dig med lay-out, opsætning og tryk. Du er velkommen til at kontakte os på tlf. 98 52 46 46 eller kigge ud til:

HOBRO LYNTRYK
www.hobrolyntryk.dk

Sjællandsvej 15 B . 9500 Hobro . Tlf. 98 52 46 46

Gråspurvvene - et mødested for "piger"

Piger, der gerne vil deltage i kulturelle aktiviteter og i socialt samvær med andre "piger" - tilhørssted Medborgerhuset.

Kontorets frivillige er nu i gang med at planlægge efterårets to aktiviteter.

Der tilbydes fem årlige arrangementer.

Det kan være foredrag, naturoplevelser, sang og musik m.m.

Du er altid velkommen til at kontakte kontoret for yderligere oplysninger.

Til hvert arrangement vil der blive udsendt indbydelse til medlemmerne vedr. mødested, pris og tidspunkt.

Aktivitetsleder Birthe Hofmann



De Gæve Mænd - et mødested for "mænd"

er et nyt tiltag hvor Biecentret Mariagerfjord og Ældre Sagen Hobro har indledt et samarbejde om at lave aktiviteter for mænd.

Det startede her i foråret med to arrangementer - en tur til Thorup Strand og en byvandring i Hobro.

Ligeledes har vi lavet det således, at De Gæve Mænd kan mødes om tirsdagen mellem kl. 13.00 og 15.00 i et lokale over cafeen i Biecentret.

Der er ikke tilmelding mød bare op til en god snak m.m.

Der bliver også lavet nye aktiviteter fremover og invitationer bliver sendt ud til deltagerne på mail.

Aktivitetsleder Erling Lynge Møller tlf. 61 37 77 80.

Vi kan være mange flere Gæve Mænd, så tilmeld dig bare i Ældre Sagen Hobro, se bagsiden af bladet.



expert
HOBRO



TV - LYD - MOBIL - PC/MAC - INTERNET - ABONNEMENTER - SERVICEAFTALER - MONTERING

Pas på dit kørekort

Mandag 2. september kl. 14-16 i Medborgerhuset, Skibsgade 28, Hobro

Paw Bay fra Frisdal Køreskole vil fortælle om, hvordan seniorer passer på deres kørekort. Hvilke udfordringer har vi som ældre?

Paw vil give eksempler fra den virkelige verden. Vi bliver klar over de mange spørgsmål, der rejser sig som ældre bilist.

Kom og vær med, stil de svære spørgsmål.

- * Hvornår skal jeg aflevere mit kørekort?
- * Hvad skal jeg gøre for at beholde kortet længst muligt?

Det bliver en hyggelig og lærerig eftermiddag.

Pris inkl. kaffe/the og brød 100 kr. - ikke medlemmer 150 kr.

Tovholder Ingrid Ladefoged Kjær.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 12/8 kl. 10 og senest 26/8 kl. 12.



IT-kriminalitet

Mandag 16. september kl. 14-16 i Medborgerhuset, Skibsgade 28, Hobro

Ældre Sagen inviterer til et højaktuelt foredrag omkring IT-kriminalitet.

Knud Underbjerg Rasmussen fra kriminalpolitiet i Aalborg kommer og fortæller og gennemgår ”de nye” kriminalitetsformer inden for IT-kriminalitet, samt hvilke former for kriminalitet, de kriminelle anvender.

Mange ældre oplever i dag stor økonomisk kriminalitet. De kriminelle kontakter mange

gange de ældre og forsøger enten at lokke dem selv til at overføre penge eller lukke den kriminelle ind i deres NetBank under påskud af, at deres konto er i fare.

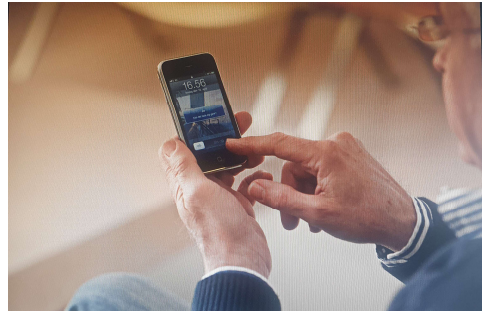
Svindlen kan give store økonomiske tab med stor utryghed hos den enkelte. Mange gange udgiver den kriminelle sig for at ringe fra banken, skat eller anden offentlig myndighed.

Knud U. Rasmussen kommer med eksempler på, hvad vi skal gøre, for ikke at blive snydt samt eksempler fra virkeligheden og gode råd.

Pris 50 kr. inkl. kaffe/the og brød – ikke medlemmer 100 kr.

Tovholder Ove Bisgaard.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre sagens kontor fra 22/8 kl. 10 og senest 9/9 kl.12



3 dages tur til Sønderjylland 22., 23. og 24. september

Søndag 22. september kl. 7.30 fra Bustraminalen i Hobro

Undervejs til Gram Slot i Sønderjylland nyder vi en kop morgenkaffe + et rundstykke. På Gram Slot starter vi med en 1½ times rundvisning.

Herefter bliver der tid på egen hånd, hvor man kan nyde sin frokost (1 sandwich + en øl/vand). Herefter fortsætter vi til vort overnatningssted nemlig Ager-skov Kro. Aftensmad kl. 19.



Gram Slot

Mandag: Efter morgenmaden starter dagen, hvor vi skal via Rømø videre med færgen til Sild (Sylt = tysk vadehavssø). Vi får en guidet Ø-rundtur og spiser også vor madpakke undervejs. Herefter tager vi færgen tilbage til Rømø, og hvis der er tid til det, kører vi en tur på Rømø. Herefter hjem til Agerskov Kro. Aftensmad.



Agerskov Kro

Tirsdag: Efter morgenmaden starter hjemturen. Vi kører via Ribe videre til Esbjerg, med stop ved ”de 4 hvide mænd” og videre til Varde, hvor vi besøger Varde Miniby (m/rundvisning). Undervejs nyder vi igen vor selvsmurte madpakke. Dernæst fortsætter vi videre opad og finder et godt sted at spise aftensmad. Herefter går turen hjemad. Hjemkomst kl. 20-21.



Varde Miniby

Pris: v. min. 35 pers. 3.195 kr. Tillæg for enk.vær. 500 kr. Sædereservation i bus 75 kr. I prisen er inkluderet: Bus morgenkaffe med rundstykker, entre/rundvisning Gram Slot, sandwich + 1 øl/vand på udturen, 2 overnatninger Agerskov Kro, 2 x morgenmad, 3 x aftensmad, 2 x selvsmurte madpakker, rundvisning i Varde Miniby, færgetur/retur Rømø/Sild samt guide på Sild. Drikkevarer for egen regning. HUSK evt. madkasse, PAS + EURO (på Øen Sild kan man kun betale med euro).

Teknisk rejsearrangør er Alsbussen og medlem af Rejsegarantifonden nr. 2111.

Turhjælper fra Ældre Sagen Hobro er Jette Nørgaard Jensen.

Tilmelding direkte til Alsbussen – senest 7. august til Hanne tlf. 20 280 293

info@als-bussen.dk

Æblet – historie og velsmag

Fredag 4. oktober kl. 14-16 i Medborgerhuset, Skibsgade 28, Hobro

Tidligere efterskolelærer og æbleentusiast Egon Kristensen fortæller om æblets historie, medbringer smagsprøver på flere forskellige æblesorter og til kaffen serveres der fire slags bagværk med æbler.

Kan du huske bedstemors æbler?

Kan du huske historien om Eva, der fik Adam til at smage på æblet?

Vi har fulgtes med æblet siden tidernes morgen. Det har været en del af vores historie og kultur.

Gennem billeder og tale kommer vi hele vejen omkring æblet.

Vi ser og smager flere æblesorter og får ideer til at bruge flere æbler i dagligdagen.

Pris 50 kr. inkl. kaffe og kage – ikke medlemmer 100 kr.

Tovholder Dorte Bang.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 2/9 kl. 10 og senest 19/9 kl. 12.



*Egon Kristensen
Hobro*

Vaccination

Igen i år tilbyder Danske Lægers Vaccinations Service at vaccinere mod influenza og covid - 19. Det sker i Medborgerhuset, Skibsgade 28, Hobro.

D: 3. oktober fra 10.00 - 12.00

D: 9. oktober fra 09.00 - 14.30. Frokostpause 12.00 - 12.30

Tidsbestilling er påkrævet og kan ske på <https://www.minvaccination.dk/forskningsprojekt/> fra ca. medio august. Der vil blive hængt plakater op i Medborgerhuset, biblioteket og Biecentret.

ANDERS CHRISTIANSEN
DØSTRUP VOGNMANDSFORRETNING ApS

VOGNMANDSKØRSEL - BLOKVOGNSKØRSEL
SALG OG LEVERING AF SAND OG GRUS

AA[®]
Høj kreditværdighed
© Bisnode 2020

Døstrupvej 77, Døstrup
9500 Hobro
Telefon 98557143

Mail: dvf@doestrup-vmf.dk
www.doestrup-vmf.dk
CVR. 87393712

Søndagscafé med filmen: ”Madeleines Paris”

Søndag 6. oktober kl.13.00 i Filmteatret, Hobro

Den 92-årige Madeleine bestiller en taxa, der skal køre hende til det hjem, hvor hun skal tilbringe sin sidste tid.

Taxachaufføren Charles, der henter Madeleine, har et godt hjerte, men kæmper med alt – også økonomien.

Da Madeleine ikke har travlt med at komme frem, tager de en lang omvej gennem Paris' fantastiske gader. En tur, der udvikler sig til at blive uforglemmelig for dem begge.

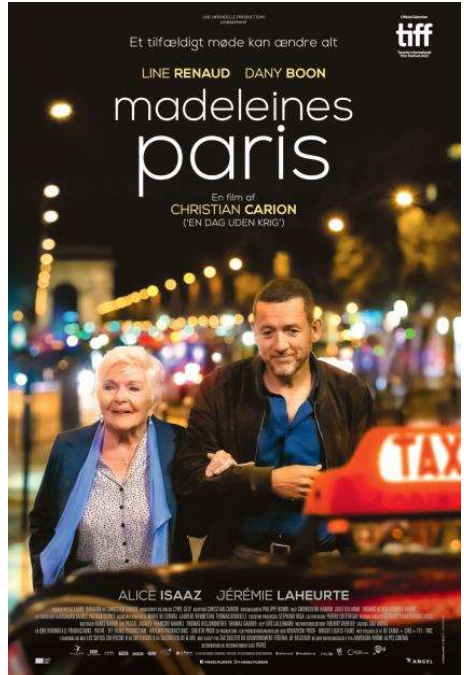
Sløret løftes for Madeleines forbløffende liv, og et unikt venskab spirer mellem de to. Et venskab, der ændrer deres liv for altid. Med lige dele latter og tårer er ”Madeleines Paris” en uimodståelig fortælling om livets forunderlige veje.

Efter filmen er der kaffebord i Biecentret.

Pris for medlemmer 125 kr. og ikke medlemmer 150 kr.

Tovholder Jette N. Jensen.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 16/9 kl. 10 og senest 3/10 kl. 12



Løvfaldstur

Torsdag 17. oktober kl. 12.30 fra Busterminalen i Hobro

Til vor årlige Løvfaldstur håber vi på godt vejr og flotte efterårsfarver.

Der er bestilt lift-bus, så kørestols-brugere kan sagtens deltage i denne tur, men husk at meddele det ved tilmelding.

Ligeledes bedes man oplyse, om man har særlige behov.

Hjemkomst ca. kl. 18.00.

Tovholder Gunnar Greve.

Prisen for turen er 150 kr. inkl. bus og kaffe, som vi vil nyde et godt sted.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 23/9 kl.10 og senest 10/10 kl.12.



Hold Hjernen Skarp

Onsdag 23. oktober kl. 14-16 i Medborgerhuset, Skibsgade 28, Hobro

Ældre Sagen inviterer til et spændende foredrag Hold Hjernen Skarp med ældre- og sundhedskonsulent Lis Puggaard, hvis store interesse er at omsætte forskningsresultater i praksis. I foredraget hører du om, hvordan hjernen fungerer og hvordan den kan/skal trænes og vedligeholdes i hverdagen.

Efterhånden som vi bliver ældre, oplever mange, at det bliver vanskeligere at lære nyt og følge med i alt det nye. Mange af os bliver "vanedyr" med risiko for at hjernen bliver doven, og det bliver vanskeligere og vanskeligere at lære nyt, fordi hjernen ikke bliver udfordret.

Hjernen kan og skal trænes og vedligeholdes hele livet og det er aldrig for sent at gå i gang. Selv lidt træning i hverdagen kan gøre en forskel.

Pris for kaffe og kage 50 kr. Arrangementet er for alle.

Tovholder Dorte Bang.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 3/10 kl.10 og senest 21/10



Lis Puggaard

PALSGAARD | MØGELVANG | JOHANNSEN

advokater

Adelgade 1, 9500 Hobro

Tlf.: 70 26 27 00

www.pmjlaw.dk



**48
TIMERS
REPARATIONSGARANTI***

*Såfremt vi har reservedelen på lager er din pc'er klar inden for 48 timer.

Gratis PC- Mac og telefon tjek

**Jernbanegade 2
9500 Hobro
Tlf. 3314 9440**



LABTECH DATA
- Danmarks bedste IT-Service
Læs mere her: www.labtech.dk

Lørdagscafé med underholdning af Henning Toft Bro

Lørdag 26. oktober kl. 14-16 i Medborgerhuset, Skibsgade 28, Hobro

Lev dit liv mens du har det lev det i stilhed og storm.

Sådan starter sangen " Fuglene Letter ", som Henning Toft Bro skrev i 2003.

Simpelt og sandt. Siden blev han biskop i Aalborg Stift og lagde guitaren fra sig. Offentlig i hvert fald.



Henning Toft Bro

Nu er bispeembedet overdraget - og nu er den gamle Thyborøn-dreng tilbage med sine sange og historier. Henning har udgivet to solo-album og skrevet en række sange til folk-bandet TØRFISK. Han er repræsenteret i mange forskellige sangbøger - f.eks. Højskolesangbogen.

I 2022 udgav Thyborøn-bandet FÆTTERS deres tredje album, hvor Henning har forfattet ordene og hans søn melodien til et enkelt nummer.

Pris inkl. kaffe/the og kage 100 kr.

Tovholder Tove Thulstrup Pedersen.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 3/10 kl.10 og senest 21/10



nyt syn.

-15 % rabat ved køb af komplet brille.
Kan ej kombineres med andre rabatter.
Vi hjælper dig gerne med ansøgning af
helbredskort

nyt syn / Holst optik
Store Torv, Adelgade 25 G
9500 Hobro

Tlf. 98 52 19 05

hobro@nytsyn.dk

nytsyn.dk/hobro

Danmark spiser sammen

Onsdag 6. november kl. 12.00 – 16.15 i Medborgerhuset, Skibsgade 28, Hobro

Har du lyst til nærvær og god mad?

Vi serverer hovedret og dessert med kaffe/the.

Fællesskab om hyggelig harmonikamusik og sang.

Koncentration om traditionel banko.

Samværet om maden giver anledning til samtale og mulighed for nye bekendtskaber.

KOM OG VÆR MED!



Fra Danmark spiser sammen i Medborgerhuset april 2024

Tovholder Karl Jørgen Ingversen.

Max 90 deltagere.

Pris 150 kr. inkl. et glas vin eller en øl/vand.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 7/10 kl. 10 og senest 24/10 kl.12



Virksomhedsbesøg på Schnoor Plast

Torsdag 14. november kl. 14.00 ved fabrikken, Valsgaardvej 10, Hobro

Schnoor Plast, der ligger mellem Hobro og Valsgård, producerer alt i plastelementer.

Der arbejdes med både hård og blød plast og i alle farver. Vi får en rundvisning på fabrikken, og ser alle de nye avancerede maskiner.

Desuden hører vi om, hvordan man optimerer fabrikkens vand- og varmemeforbrug.

Man kører selv. Har man problemer med kørslen, kan man henvende sig til Ældre Sagens kontor i Hobro.



STARTER PAKKE

Pris inkl. kaffe og kage 50 kr. – ikke medlemmer 100 kr.

Tovholder Ingrid Kjær.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 21/10 kl.10 og senest 11/11 kl.12

Juletur til NORDENS STØRSTE JULEMARKED i Torrild ved Odder

Lørdag 30. november kl. 11.30 fra Busterminalen i Hobro

Vi kører direkte til Rasses Skovpølser, Dyrehaven 11, 8660 Skanderborg, hvor vi får noget at spise. Menu: Øf med svær = lækker bolle, dansk gris, hjemmesyltet rødkål, agurkesalat & Mayo, inkl. en øl/vand eller et glas vin.

Derefter kører vi til det mere end 100 år gamle mejeri i Torrild, der er pyntet med 250.000

lys samt granguirlander og tusindvis af julekugler. Her skal vi også opleve 1000 kvm butik med 1647 meter hylder med nisser og alverdens PYNT TIL JUL. Vi ankommer hertil kl. 14.15.

På hjemturen er der kaffe/ the og kage i bussen.

Forventet hjemkomst kl. 18.15.

Pris inkl. bustur, frokost, entré til julemarkedet, kaffe/the og kage 300 kr.

Tovholder Gunnar Greve.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 21/10 kl.10 og senest 7/11 kl.12.



JULEMARKED
Torrild v. Odder
hver Fred-Lørd-Sønd. 10 - 17.30
www.pynttiljul.dk



Juleaften i Biecentret – 2024

Invitation fra Biecentret og Ældre Sagen Hobro

Et tilbud til alle, der sidder alene eller gerne vil være sammen med andre juleaften. Frivillige sørger for fællesskab og juleindhold på denne særlige aften.

Alle deltagere mødes
kl. 17.00 i Bies kantine.

Der serveres god traditionel julemad og kaffe/te med julegodter.

Efter maden synges julesalmer og danses om juletræ.
Der er pakkespil, og du skal ikke selv medbringe pakken.

Aftenen forventes afsluttet cirka kl. 21.00.

Deltager pris er 150 kr. for hele arrangementet inkl. drikkevarer.

Beløbet indsættes på konto 9070-3365833167 husk navn – eller til Biecentrets kontor.

OBS! Har du særlig behov for transport til og fra Biecentret, så kontakt nedenstående telefonnumre

OBS! Er du kørestolsbruger, skal det oplyses ved tilmeldingen.

Tovholder Karl Jørgen Ingversen mobil 51 91 70 34.

Der er tilmelding til juleaften-arrangementet senest mandag 16. december til:

Biecentret (mandag til fredag 9 – 12) telefon 97 11 52 60.



Kom og oplev Vin & Vin's store velsmagende sortiment.

HER ER NOGET FOR ENHVER - UANSET OM DU ER TIL VIN, ØL, BOBLER ELLER EN LÆKKER DRIK. VI KAN TILBYDE BÅDE ØKOLOGISKE PRODUKTER OG MED OG UDEN ALKOHOL.

Vi glæder os meget til at se dig



31 31 07 20

LUPINVEJ 4 • 9500 HOBRO • HOBRO@vinogvin.dk • WWW.VINOVIN.DK

SOCIAL HUMANITÆR



Ældre Sagen i Hobro er en demensvenlig afdeling, med tilbud til demensramte og deres pårørende.
Alle vores frivillige har tavshedspligt.

Cafe' FRI - et mødested for demensramte og deres pårørende.

Vi tilbyder hjemmeboende demensramte og deres pårørende at deltage i vores cafe', hvor der inviteres til hyggesnak med kaffe og kage samt små underholdende aktiviteter torsdage i lige uger kl. 14 - 16.

En gang om måneden mødes de pårørende i en samtalegruppe ledet af to frivillige, som har deltaget i kursus i at lede sorg og livsmods gruppe. Yderligere oplysninger og tilmeldinger ved demensansvarlig Anne Marie Bertelsen, tlf. 25 37 08 82.



Anne Marie Bertelsen

Besøgstjenesten

Der er stor efterspørgelse på besøgsvenner, og det gør en stor forskel for mange enlige, at have en besøgsven. Kunne du tænke dig, også at gøre en forskel, hører vi gerne fra dig. Som frivillig bestemmer du selv omfang af besøg. Det kan aftales med besøgsværten, evt. fra gang til gang, således at du ikke føler dig bundet til faste tider. Kontaktpersoner : Grethe Mikkelsen, tlf. 61 76 70 45 og demensansvarlig Anne Marie Bertelsen, tlf. 25 37 08 82.



Grethe Mikkelsen

Vågetjenesten

Ingen skal dø alene. Ældre Sagens vågetjeneste Mariagerfjord tilbyder at sidde hos døende og aflaste pårørende, der trænger til en pause. Dette for at skabe trykthed og ro hos den døende.

Vågetjenesten kommer på alle plejecentre og private hjem i Mariagerfjord Kommune samt på Aalborg Universitetshospital Hobro afd. M1, M3 og AMA. Kontakten til vågetjenesten foretages af personale. Det kræver ikke sundhedsfaglig uddannelse at være våger. Alle nye vågere gennemgår Ældre Sagens kursus, der hedder "Ny i vågetjenesten".

Kontaktpersoner: Grethe Mikkelsen og Tove Thulstrup Pedersen træffes dagligt på tlf. 61 29 18 17



Tove Thulstrup
Pedersen

Bisidder

Ved møder med det offentlige har man ret til at tage en bisidder med – også selvom man eventuelt har en pårørende med. Bisidderens opgave er at støtte borgeren før, under og efter mødet. Vores frivillige har alle været på kursus i Ældre Sagen
Kontaktperson : Dorte Bang, tlf. 60 31 64 07.



Dorte Bang

SOCIAL HUMANITÆR

Seniorvejledning, Pårørendeven og Gå med ven

Du kan gratis og uforpligtende tale med og få hjælp af vores frivillige, som stiller deres viden, erfaring og støtte til din rådighed. Vores frivillige har tid, vilje og lyst til at lytte og hjælpe. Alle vores frivillige har deltaget i Ældre Sagens relevante kurser.

Kontaktperson : Dorte Bang, tlf. 60 31 64 07.

Sorg og livsmodsgruppe

Ældre Sagen i Mariagerfjord kommune tilbyder efter sommerferien igen borgere der har mistet, at deltage i en samtalegruppe.

Gruppen består af ca. 8 deltagere - både mænd og kvinder - og den ledes af 2 frivillige, som har været på kursus i at lede sorggrupper.

Gruppen mødes ugentligt 2 timer ca. 10 gange.

Mødet starter med en sang, så snakkes der Siden sidst, kaffe med brød og socialt samvær og så et Tema, efter ønske fra deltagerne.

Deltagerne udtrykker stor taknemlighed efter et forløb.

- Der dannes nye netværk
- Der opleves overskud til igen at deltage i sociale aktiviteter
- En deltager sagde: "Først græd vi sammen - nu kan vi grine sammen"

Alle har tavshedspligt.

Kunne du tænke dig at blive frivillig leder af en sorggruppe, så afholder Ældre Sagen et to dages kursus 11. og 12. september.

Kontakt Dorte Bang tlf. 60 31 64 07 for yderligere oplysninger og tilmelding.



Dorte Bang

Telefonven

Savner du en at tale med en til to gange om ugen kan du kontakte Ældre Sagen på tlf. 82 82 93 00. Den telefonven du vil blive tilknyttet er den samme du taler med hver gang. Kunne du tænke dig at blive frivillig telefonven, kan du kontakte Ældre Sagen på samme nummer.

Ældretelefonen NYT TILBUD

Ældretelefonen på tlf. 32 210 210 er en anonym samtalelinje, du kan ringe til, når livet slår knuder, og du savner en at tale med.

Ældretelefonen er åben mandag til fredag kl. 9 - 15 og betjenes af frivillige i Ældre Sagen, som har tavshedspligt.

De frivillige er gode til at lytte og kan forhåbentlig hjælpe dig videre.



Ældre Walk

Ældre Sagen Hobro inviterer til ugentlig gåtur i roligt tempo og med tid til at opleve.

Vi mødes ved Medborgerhuset hver onsdag kl. 13.30 (dog ikke i skoleferierne) og går 1 – 1½ time og slutter med en kop kaffe – medbring gerne selv en kop.

Alle er velkomne og der er et årligt gebyr på 100 kr.



Tilmelding : Hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra den 17. juni kl. 10.
Vi glæder os til at se dig onsdag den 14. august. Aktivitetsleder, Inge Søgaard.

EDB - IT Cafè i Medborgerhuset

Har du spørgsmål eller brug for hjælp til internettet, mail, tekstbehandling, digital postkasse, iPad, Excel eller andet. Vi hjælper også, hvis du har svært ved at bruge e-Boks og offentlige hjemmesider. Vi kan ligeledes bistå med overgangen til det nye MitID. Tilmelding er ikke nødvendig bare mød op i åbningstiden på Ældre Sagens kontor i Medborgerhuset, mandage kl. 10-12. - Deltagelse er gratis.



*IT Cafè hos Ældre Sagen Hobro
Fra venstre Asker Pedersen, Erik Alstrup og Kai Jensen*

Officiel samarbejdspartner med Ældre Sagen

Spar op til 10.000 kr. på dit boligsalg



Ring og hør nærmere
Tlf: 98 52 55 11

LØBENDE AKTIVITETER

Slægtsforskning

Holdet starter tirsdag 1. oktober og forsætter til marts 2025. Sted: Hobro Bibliotek. Vi hjælper dig i gang eller videre med slægtsforskning. Det er både for begyndere, fortsættere og for dig som gerne vil mødes med andre, der deler samme interesse. Holdet begynder kl. 12:30. Studiegroupe med evt. oplæg. Kl. 15:30. Gotisk for begyndere og letøvede. Medbring egen PC.

Pris 200 kr. for medlemmer, 300 kr. for ikke medlemmer.

Tilmelding på hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor, Hobro.

Kontaktperson: Jeanette Pedersen tlf. 40 73 21 60.

Slægts Café - Hobro

Tirsdage i lige uger kl. 17:00 - 21:30 (apr., maj, juni, aug, sep.) Tirsdage i lige uger kl. 19:00 - 21:30 (okt., nov., jan., feb., mar.) Sted: Medborgerhuset Hobro, lokale 5. Pris 25 kr. pr. gang inkl. kaffe.

Det er for dig, der har lyst til at slægtsforske - se nærmere på din slægt, finde ud af hvor den kommer fra og måske være i stand til at grave overraskende oplysninger frem. Eller er du allerede godt i gang, men mangler forslag til at komme endnu længere i dine søgninger? Følg os på Facebook: Slægts Café – Hobro.

Krolf

Der spilles tirsdage og torsdage fra kl. 10 - 12 på Krolf-banen bag Hobro Vandrerhjem. Pris for sæsonen 200 kr. for medlemmer – ikke medlemmer 300 kr.

Tilmelding på hjemmesiden eller til Ældre Sagens kontor.

Kontaktperson Gunnar Greve tlf. 23 66 77 58.



Bowling

Ældre Sagen i Hobro har en stor afdeling med bowling. Spillested er Bowl'n Fun, Jyllandsvej 15, Hobro.

Der spilles bowling hver onsdag kl. 10 -12.

Opstart onsdag 11. september. Tilmelding fra 12. august på hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor.

Prisen er ekskl. sko og kaffe / the 550 kr. for 14 gange.

Kontaktperson Gunnar Greve tlf. 23 66 77 58.



BEIERHOLM

VI SKABER BALANCE

Beierholm – Smedevej 1 B – 9500 Hobro Tlf.: 98 52 09 99

Statsautoriseret Revisionspartnerselskab CVR.: 32 89 54 68

www.beierholm.dk

LØBENDE AKTIVITETER

Motion for ældre 65+ ikke motionsvante



Motionsholdet ledes af en fysioterapeut og to frivillige, og består af en times motion efterfulgt af ½ times fælles kaffebord.

Pris 550 kr. for sæsonen inkl. motion og kaffebord.

Kontaktperson:
Lisbeth Schaarup,
Tlf. 40 50 15 44.
Mail: lschaarup@gmail.com

Der er pt. venteliste.

*Billedtekst:
Træningen foregår i
Medborgerhusets store sal.
Den unge mand i lys trøje
er fysioterapeut.
Motionsholdet er på i alt
22 ældre personer.*



Tilbud til Ældre Sagens medlemmer + 60

Træn 1 gang pr. uge i 3 mdr. for 429, - kr.

Træn 2 gange pr. uge i 3 mdr. for 629, - kr.

30 32 14 44

www.helsesport.dk

Lokalbestyrelsen



Henning Laursen
Formand
Fm.hobro.823@ael-
dresagen.dk
Tlf. 40 32 73 15



Dorte Bang
Næstformand
Social-humanitær
koordinator m.m.
Tlf. 60 31 64 07



Ove Bisgaard
Kasserer
og
IT
Tlf. 22 91 81 01



Jette N. Jensen
Sekretær
Arrangementer
og rejser
Tlf. 22 56 06 76



Bent Bertelsen
IT, hjemmeside og
lokalredaktør for
Det Sker
Tlf. 40 50 05 66



*Tove Thulstrup
Pedersen*
Vågetjeneste,
Musiske arrangem.
Tlf. 23 39 23 98



Gunnar Greve
Motion,
Krolf, Bowling,
Arrangementer
Tlf. 23 66 77 58



*Ingrid Ladefoged
Kjer*
Bestyrelses-
medlem
Tlf. 24 84 57 67



*Niels Kristian Møl-
gaard*
Bestyrelses-
medlem
Tlf. 25 48 75 25

Suppleant: Jens Møller Bærnthsen,

Ældre @ Sagen

Medborgerhuset, Skibsgade 28,
9500 Hobro, tlf. 23 46 46 44

Kontorets åbningstid er mandag og torsdag kl.10-12 - undtagen i skoleferier.

Mail: aeldresagen.hobro@outlook.dk Hjemmeside: www.aeldresagen.dk/hobro

Vedrørende arrangementer: Tilmelding og betaling på hjemme-
siden www.aeldresagen.dk/hobro eller tilmelding til/på kontoret.

HUSK: Navn og arrangement. Tilmelding er bindende / maks. 2 personer.

Tilmelding kan ikke overdrages til andre (problemer når der er ventelister).