

**Lokalet:** Kongelogen (stueetagen – for enden af gangen til højre), Sjællandsgade 6 st. (tidligere Kongevejen 62), Ikast.  
**Lokalegebyr:** Aktiviteter i lokalet koster **halvårligt inkl. fri kaffe/te:**

	medlem	ikke-medlem
Én aktivitet med mere end ét møde pr. måned eller flere aktiviteter:	150,-	200,-
Én aktivitet med kun ét møde månedligt:	75,-	100,-

**Opvask** Hvert hold skal sørge for at vaske det brugte service af efter brug i den store industrimaskine i køkkenet. Det er ikke tilladt bare at stille servicet i opvaskbakkerne. **HUSK** at tænde opvaskemaskinen i god tid forud for vask.

**Tilmelding** og yderligere info hos Tovholderen, hvis ikke andet er nævnt. Om muligt foretrækker vi tilmelding og evt. betaling via hjemmesiden, hvor du kan betale med Dankort eller MobilePay.  
Alternativt kan tilmelding ske til Kirsten Kalhøj, [gkcalhoj@gmail.com](mailto:gkcalhoj@gmail.com), 3068 2429. Tilmeldingen er bindende, og man hæfter selv for beløbet ved evt. afbud efter tilmeldingsfristens udløb.

---- **gentagne aktiviteter** ----

**Canasta I + II** Start 2/9  
Mandage: I kl. 9 - 12, II kl. 13 - 16,  
**Sted:** Lokalet. **Pris:** lokalegebyr  
**Tovholdere:** Lis Hansen [lis-hansen53@hotmail.com](mailto:lis-hansen53@hotmail.com) 2068 4795 og Minna Michaelsen [minnam@live.dk](mailto:minnam@live.dk) 4119 9563

**Krolf & Petanque**  
Hver mandag og onsdag kl. 13.30 – 15.30  
Petanque dog kun onsdage.  
**Sted:** Banen ved Frisenborgparken  
**Tovholder:** Ejgil Pedersen, [jytteejgil@hotmail.com](mailto:jytteejgil@hotmail.com), 2089 5415

**Madlavning for mænd 60+**  
Hver tirsdag kl. 16.30 – 20.  
Betaling for råvareforbrug og lokalegebyr.  
**Sted:** "køkkenet" Kongefløjen  
**Tovholder:** Lene Thorslev Petersen [thorslev@altiboxmail.dk](mailto:thorslev@altiboxmail.dk) 2068 7159

**Slægtsforskning: Workshop** Start 27/8  
Tirsdays i ulige uger 9 - 12. **Pris:** Lokalegebyr.  
Nybegyndere kan også være med.  
**Sted:** Lokalet **Tovholdere:** Ester Bukhave [ebukhave@mail.dk](mailto:ebukhave@mail.dk) 2548 8736, Jens Birk [jens@birk.com](mailto:jens@birk.com) 3064 1047 eller Hans Henrik Gaardsø [HHFG2011@gmail.com](mailto:HHFG2011@gmail.com) 4299 5085

**Cykelture i omegnen af Ikast**  
Onsdage 9.30. Ingen tilmelding – bare mød op på cyklen – gerne med cykelhjelme.  
**Sted:** P-pladsen ved Grundtvigsparken 1.  
**Tovholder:** Anne Grete Kristensen [annegk@mail.dk](mailto:annegk@mail.dk) 3026 4521.

**Romanlæseklub I + II** Start 4/9  
**Sted:** Lokalet. **Pris:** Lokalegebyr  
I) Anden onsdag i måneden kl. 10 - 11.45.  
**Tovholder:** Tove Katstrup [katstrup@altiboxmail.dk](mailto:katstrup@altiboxmail.dk) 4070 9051  
II) Første onsdag i måneden kl. 10 - 11.45.  
**Tovholder:** Tove Thomsen [tovedoja@gmail.com](mailto:tovedoja@gmail.com) 5136 1672

**Café Lærkereden** Start 16/8  
Café lærkereden holder åbent med sang, musik, foredrag, højtælning og hyggeligt samvær.  
**Sted:** Rolighedsparken.  
Onsdage ulige uger kl. 14.30 – 16  
**Tovholdere:** Helle Munk Hansen [helle.kaare@altiboxmail.dk](mailto:helle.kaare@altiboxmail.dk) 6110 4226

**Engelsk for lettere øvede** Start 5/9  
Hver torsdag 9.30 – 11.30  
**Sted:** Lokalet. **Pris:** lokalegebyr  
**Tovholder:** Per Villumsen [pervil@mail.dk](mailto:pervil@mail.dk) 2244 1914

**Kaffeklub/gruppe 1. Ti i måneden kl. 14** Start 3/9  
**Sted:** Kongelogen  
Kom og mød andre seniorer i kaffeklubben, til en hyggelig snak, spil, strik, kortspil el. andet.  
Kaffe/kage aftales fra gang til gang.  
Alle er velkomne – også gerne mænd.  
**Tilmelding:** unødvendig – bare mød op.  
**Tovholder:** Anne Grethe Tolstrup 4046 2225 [annegrethe@peewee.dk](mailto:annegrethe@peewee.dk) eller Liselotte Jensen 5128 5073 [arloturbo@gmail.com](mailto:arloturbo@gmail.com)

**Herreværelset** Start 12/9  
2. torsdag i hver måned kl. 12.30 – 14.30.  
Mænd 60+ mødes til frokost med et par stykker smørrebrød og en øl/vand/snaps.  
**Sted:** Multisalen. **Pris:** 100,-. **Tilmelding senest søndag aften før** på Hjemmesiden eller til Kirsten Kalhøj [gkcalhoj@gmail.com](mailto:gkcalhoj@gmail.com) 3068 2429

**Damefrokost** Start 18/9  
3. torsdag i hver måned kl. 12.30 – 14.30.  
**Sted:** Lokalet. **Pris 100,-. Max 36 deltagere.**  
Vi hygger os med hinanden. Vi får et par stk. smørrebrød, og et glas vin/vand og lidt sødt til kaffen.  
**Tilmelding senest søndag aften før** på Hjemmesiden eller til Kirsten Kalhøj [gkcalhoj@gmail.com](mailto:gkcalhoj@gmail.com) 3068 2429

**Vi spiser sammen – Folkets køkken**  
4. torsdag i måneden kl. 18.00 – 20.00.  
**Sted:** lokalet  
Vi hygger os i 'folkets køkken' med servering af gammeldags hverdagsmad med 1 glas øl/vin, og lidt sødt til kaffen.  
**Datoer:** 26/9, 24/10, 28/11.  
**Pris:** 100,-. Kom og vær med.  
**Tilmelding:** senest søndagen før – gerne via hjemmesiden med betaling, eller til Kirsten Kalhøj, [gkcalhoj@gmail.com](mailto:gkcalhoj@gmail.com), 3068 2429.

**IT-café** Start 8/8  
I samarbejde med Biblioteket afholder vi IT-café på biblioteket torsdage 13 -15. Du kan få hjælp til tablet, smartphone eller PC.  
**Tovholdere:** Evald Krarup [evkr@live.dk](mailto:evkr@live.dk) 7195 8670, Niels Nielsen [ingv46@hotmail.com](mailto:ingv46@hotmail.com) 2144 2319 og Verner Hounsgaard [verner@hounsgaard.dk](mailto:verner@hounsgaard.dk) 2360 3749.

**Gratis juridisk rådgivning** Start 29/8  
den sidste torsdag i hver måned.  
BALE Advokatfirma tilbyder møder af 15-20 minutters varighed om fremtidsfuldmagter, arv, testamente, ægtepagt, skilsmisse og bodeling.  
Møderne bookes telefonisk på 7020 7119.  
**Sted:** Lokalet, sidste torsdag i måneden.

**Repair Café på Ikast Bibliotek** Start 13/9  
**Den 2. Fr i måneden 14 – 16,**  
I samarbejde med aktivitetshuset og biblioteket byder vi indtil videre indenfor i Repair Cafeen én gang månedligt. Har du noget der skal fixes – eller er du bare nysgerrig på, om der kunne være en opgave for dig, så kig endelig ind.

---- **enkeltstående aktiviteter** ----

**Brand & Redning MidtVest Falck.**  
**On 14/8 14 – 16.**  
**Sted:** Brand & Redning MidtVest/Falck, Kirkegade 104, Ikast.  
Brandmand Tonny Kristensen forestår et besøg hos Falck, og vil her fortælle om de opgaver man har som brandmand, og give en rundvisning på stationen – dog forudsat materiellet er hjemme. Vi får også fremvist de nye brandbiler. En kop kaffe bliver der også tid til.  
**Tilmelding:** senest Sø 11/8 til Kirsten Kalhøj, 3068 2429, [gkcalhoj@gmail.com](mailto:gkcalhoj@gmail.com)

**Bustur til Gårdbutik & Rosenholm Slot**  
**Fr 6/9 kl. 8.45**  
Opsamling Torvet Ikast kl. 8.45 eller Bording station kl. 9.00  
Tag med Ældre Sagen Ikast og Nutidens Kvinder Bording på 1-dagstur. Vi besøger fru Hansens Gårdbutik i det gamle mejeri v. Drastrup på Djursland samt Rosenholm Slot ved Hornslet.  
**Tilmelding:** senest To 15/8 til Tove Katstrup, 4070 9051 [katstrup@altiboxmail.dk](mailto:katstrup@altiboxmail.dk)  
**Pris:** 750 kr.

**Bilistkursus for ældre bilister.**  
Ti 10/9 9.00 – 11.00 er der på Køreteknisk anlæg i Hammerum informationsmøde om ovennævnte kursus.  
**Tilmelding:** senest Fr 6/9 til Carsten Lauridsen 2936 3638 eller [carstenmlauridsen@gmail.com](mailto:carstenmlauridsen@gmail.com)  
**Teori undervisning:** 17/9, 24/9 og 1/10 kl. 9 - 11  
Hvis du er fyldt 65 år, og bor i Ikast-Brandekommune er prisen 500 kr.

**'Hold hjernen skarp' på Biblioteket**  
**Ti 17/9 kl. 14**  
Med den kendte ældre- og sundhedskonsulent Lis Puggaard.  
**Tilmelding:** senest To 12/9 via hjemmesiden eller til Kirsten Kalhøj, 3068 2429 eller [gkcalhoj@gmail.com](mailto:gkcalhoj@gmail.com)

**Virksomhedsbesøg hos Green Graphic Aps**  
**On 25/9 kl. 13**  
Besøg hos Green Graphic, der er en moderne og professionel leverandør af prepress, trykkeri og bogbinderi. Kom og få et indblik i en for

mange ukendt verden.

**Tilmelding:** Kirsten Kalhøj,  
[gkkalhoj@gmail.com](mailto:gkkalhoj@gmail.com), 3068 2429.

### Sangeftermiddag

Ma 7/10 kl. 13 på Biblioteket  
v/højskolelærer Jacob Tybjerg, Uldum  
Højskole, der vil tage os med på en 'rundtur i  
den nyeste udgave af højskolesangbogen'  
**Tilmelding:** senest Lø 5/10 via hjemmesiden  
eller Kirsten Kalhøj, [gkkalhoj@gmail.com](mailto:gkkalhoj@gmail.com),  
3068 2429.

### Vinsmagning To 30/10 kl. 19 – 21.30

Vi gentager vinsmagning og et let traktement  
fra henholdsvis 'Wine Partner' og Løvbjerg.  
Sted: WinePartner, Orionvej 2H. **Tilmelding  
senest On 23/10** – gerne via hjemmesiden.  
Max. 30 personer.  
**Pris:** 275/325 kr. medlemmer/ikke-medlemmer.

### Foredrag på Biblioteket To 31/10 kl. 19

Spændende foredrag v. tidl. Kriminalassistent  
Christian Medom, der fortæller ud fra  
emnet 'fra gadebetjent til PET arbejde'. Han  
var med til efterforske Blekingegadebanden.  
**Tilmelding:** senest Ti 25/10 via hjemmesiden  
eller Kirsten Kalhøj, [gkkalhoj@gmail.com](mailto:gkkalhoj@gmail.com),  
3068 2429.

### Vaccination

Danske Lægers Vaccinationsservice tilbyder  
influenza og covid 19 vaccinationer Sept-Okt.  
der kommer brev i E-boks, og man kan bestille  
tid her  
[www.minvaccination.dk/forskningsprojekt](http://www.minvaccination.dk/forskningsprojekt) .  
Hvis man ikke ønsker at deltage i projektet  
(som betyder at nogle får dobbelt dosis af  
influenza-vaccinen) skal man afvente  
yderligere information fra Sundhedsstyrelsen.

### Julefrokost

**Sted:** Hotel Medi. **Tid:** To 28/11 kl. 12.30  
**Mere herom senere.**

### ---- særlige aktiviteter ----

Sæt allerede nu X i kalenderen  
4/2 kl 19 – 21.30 Fremtidsfuldmagter  
v/advokat Marianne Bale

7/2 kl. 11 Møde ml. tovholdere og bestyrelsen

### Årsmøde

On 5/3 2025 kl. 19.00

### IT-hjælp i hjemmet efter aftale

Aftal tid hos: Jens Birk [jens@birk.com](mailto:jens@birk.com) 3064  
1047 eller Dan Mosgaard  
[dan.mosgaard@mail.dk](mailto:dan.mosgaard@mail.dk) 6133 1954 eller Poul  
Balslev 2972 2367 [balslev.ikast@gmail.com](mailto:balslev.ikast@gmail.com)

**Handyman:** Ophængning af billeder,  
udskiftning af elpærer og lignende småting i  
hjemmet, som mange ældre har svært ved at  
klare – Ring til Ole Katstrup 2252 0210 eller  
Ole Christian Hammeken 2174 9573  
[bolighammeken@live.dk](mailto:bolighammeken@live.dk)

### Bisidder

Har du brug for, at en neutral person deltager i  
et møde med offentlige myndigheder eller  
sundhedssystemet.  
Bisidderen har tavshedspligt.  
Kontakt Tove Bruun 2282 6051  
[bruun.ternevej36@outlook.dk](mailto:bruun.ternevej36@outlook.dk) eller  
Carsten Lauridsen 2936 3638  
[carstenmlauridsen@gmail.com](mailto:carstenmlauridsen@gmail.com)

### Tryghedsopkald/Telefonstjerne

Kender du én eller vil du selv gerne have et  
tryghedsopkald hver dag. Tilmeld dig til:  
Lis M Nielsen 2279 2742

### Besøgs- og/eller spiseven

Ønsker du at få eller være besøgsven/spiseven  
**Kontakt:** Anita Wisby 6127 9583  
[anita.wisby@icloud.com](mailto:anita.wisby@icloud.com)

### NY Ældretelefon.

Når livet slår knuder – eller du savner en at tale  
med, så ring 32 210 210, der svares  
Ma-Fr kl. 9 - 15

### Telefonven

Det er hyggeligt at få et opkald. Vil du være  
eller have en telefonven?  
Kontakt Ældre Sagen 8282 0300

### 'Skønne Steder'

I samarbejde med andre lokale foreninger i  
kommunen laves nogle vandreture – længden  
og sværhedsgraden afhænger af den enkelte  
arrangerende forening. Turene foregår i sidste  
halvdel af måneden, og kan være enten en  
hverdag eller i weekenden. Deltagelsen vil  
være gratis – dog vil evt. kaffe eller lignende  
annonceringen af de enkelte ture – f.eks. i  
Nyhedsmail.

### --- Rejser ---

**NB! Se mere om distriktsrejserne på  
[Hjemmesiden](#).**

### --- andre informationer ---

#### Bemærk desuden:

**Seniorbio** Efterårsprogrammet oplyses senere.

Cirkeltræning i **LOOP**, Saturnvej 4. Rabat for  
Ældre Sagens medlemmer ved tilmelding.

**Golf** kontakt Finn Grann 2391 4825  
[cmfg09@gmail.com](mailto:cmfg09@gmail.com)

#### Gældende for alle aktiviteter:

**Alle er velkomne – også ikke-medlemmer af  
Ældre Sagen.**

#### Transportproblem?

Har du det svært med transport til vore arrange-  
menter, da nævn det ved tilmelding. Vi vil så  
forsøge at finde en transportmulighed for dig.  
På [Midttrafik.dk](http://Midttrafik.dk) kan du læse mere om  
mulighederne/reglerne for leje af flextaxa. En  
billig løsning på individuel transport.

#### Hold dig opdateret om vores aktiviteter via

1. [hjemmesiden](#)  
([www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/ikast](http://www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/ikast))
2. Nyhedsbrevet, som du kan tilmelde dig via  
hjemmesiden
3. Facebook – Ældre Sagen Ikast

#### Tilmelding til at modtage papirudgave af denne Aktivitetsoversigt

Ønsker du fremover at modtage vores aktivi-  
tetsoversigt på papir direkte i din postkasse, så  
kan vi i begrænset omfang tilbyde denne  
service til vore ældre ikke-elektroniske læsere.  
**Tilmelding** se boksen på forsiden.

#### Bliv medlem af Ældre Sagen:

Bliv medlem og støt den gode sag. Der er  
derudover også mange gode rabatter ved  
medlemsskabet.  
Link til indmeldelse: [bliv-medlem](#).

### TAK!

Ældre Sagen Ikast har med stor tak modtaget 2  
sponsorater til indkøb af nyeste udgave af  
højskolesangbogen. Det markeres bl.a. med  
arrangement på Biblioteket (se ovenfor).  
Sponsoraterne er givet af:

**Den Jyske Sparekasses Støttefond og  
Hammerum Herreds Brandkasse for løsøre.**

### Vi behøver din hjælp, for vi vil så gerne.....

- Være med til at skabe glæde hos nogen der har meget alene-tid, og derfor ønsker sig en besøgsven
- Kunne tilbyde at aflaste en pårørende, som bor sammen med en dement. Den pårørende kan let komme til at trænge til et frikvarter
- Sikre os, at ingen behøver at dø alene, og derfor forsøger vi at skaffe frivillige til opstart af en vågetjeneste
- Have mange flere frivillige, som vil gøre en indsats indenfor det socialhumanitære område. Jo flere vi kan fordele opgaver på, jo lettere bliver det for den enkelte.

**Har du lyst til at blive tovholder for en ny aktivitet – vil du være meget velkommen.  
Kontakt formanden – se nederst.**

Kontakt afdelingen:  
Lis Mortensen Nielsen, [ljsn1192@gmail.com](mailto:ljsn1192@gmail.com) , 2279 2742  
Version 240612