

# Ældre Sagen SKIBBY

Årgang 22

juli 2023 - december 2024

Nr. 44

## Havehygge 2024 i Bibliotekshaven

Der afholdes 2 x havehygge i bibliotekshaven i sommerperioden. Den første havehygge er afviklet den 4. juni - formentlig med succes.

Den næste havehygge afholdes Tirsdag den 20. august 2024 i Bibliotekshaven

Underholdning er planlagt med:  
**Bertel Abilgaard**

Hold øje med Lokalavisen og plakater som bliver ophængt flere steder.

På side 8 er der et referat af turen til Folketinget, det blev så god en succes at den vil blive gentaget.

Læs på side 16 om det nyeste tiltag, Herreværelset som er kommet rigtig godt fra start.

Side 18, Vågetjenesten har fået en pris, repræsentanter fra Byrådet og Arbejdernes Landsbank mødte overraskende op ved Vågenes julefrokost og overrakte prisen.

**Mobilepay 751529**  
**Ældre Sagen Skibby**

## ADVARSEL!!!

**Pas på svindel – fup og fidus – hvis du modtager falske SMSér mærkelig opkald, E-mails og andre mærkelige henvendelser....**

Digitalstyrelsen sender kun til E-boks, opgiv derfor aldrig dit pasnummer, adgangskode til dit MITID, cpr. nr. til en modtaget E-mail eller hvis du bliver ringet op.

Hvis nogen vil afhente dit betalingskort, er det også svindel, så lad være med at udlevere det.

## Årsmøde 2025

Der afholdes årsmøde fredag den 7. marts 2025. Der annonceres i Lokal Avisen 3 uger før.”



Kirsten Nørskov

## Formanden har ordet

Årsmødet d. 8. marts er nu vel overstået – se beskrivelsen af dette andet sted i bladet.

Den nye aktivitet som er Herreværelset, er kommet godt i gang. Den har også været længe under vejs, hvilket til dels skyldes et lokaleproblem. Dette er nu løst ved, at der holdes møde hver 14. dag i Bryghuset i Sønderby.

I vores lille forening – vi har 1904 medlemmer i gl. Skibby kommune – har vi nu 2 aktiviteter for mænd, idet vi også har Mandeholdet, som snedkerer i lokaler på Skibbyhøj. Ældre Sagen i Snorregade har tidligere opfordret Lokalafdelingerne til at lave noget målrettet for mænd.

Det kunne være fint at oprette et Dameværelse, hvilket flere af os i bestyrelsen har talt om. Der vil blive arbejdet videre med dette i løbet af året.

I skrivende stund har et flertal i Folketinget indgået en aftale om en ny Ældrereform. Ældre Sagen har sat sit aftryk på denne reform, som i hovedtræk går ud på: At Ældreområdet skal ”sættes mere fri” og give bedre mulighed for selvbestemmelse for både plejehjem og den enkelte ældre.

At de ældre skal møde flere kendte ansigter gennem såkaldte ”faste teams”.

At Ældreplejen får en milliard kroner ekstra hvert år ”til at løfte kvaliteten, plejen og omsorgen og derudover 30 millioner til forebyggelse af forråelse.

At der indføres en ny type plejehjem, der hedder lokalplejehjem.

At der skal oprettes op mod 3000 nye pladser på fri- og lokalplejehjem.

Vores Tripture blev nedlagt sidste år, da vi ikke har en tovholder til denne aktivitet, men vi vil forsøge at arrangere ture i løbet af året, så hold øje med Nyhedsbrev fra os. Gå ind på [ældresagen.dk/skibby](http://ældresagen.dk/skibby). I bunden af siden kommer følgende frem – Nyhedsbrev. Tryk på dette. Der vil også komme annonce i Hornsherred lokalavis.

Da vores lille blad kun udkommer 2 gange om året, kan vi ikke altid nå at få ovennævnte tilbud med i bladet

Bestyrelsen trænger til fornyelse: Bestyrelsen har tidligere efterlyst nye medlemmer, da vi jo ikke bliver yngre og mange af os har været med i ret mange år. Der må være medlemmer, som har lyst til at gøre et frivilligt stykke arbejde i en god sags tjeneste.

Hvis I sidder derude, så hører vi gerne fra jer. I er meget velkommen til at kontakte bestyrelsens medlemmer for at høre nærmere omkring arbejdet, og hvad det indebærer at være frivillig.

Vi har årsmøde i 2025 den 7. marts, så der er tid til at tænke over sagen.

Rigtig god sommer til alle vores medlemmer. Håber ikke den drukner i regn.

*Kirsten Nørskov*

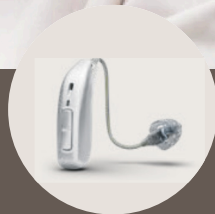
Ring og book en tid

# Kniber det med hørelsen?

Så gør noget ved det i dag  
– det er nemmere, end  
du tror. Hos Sund Hørelse  
får du tryk og professionel  
hjælp til en bedre hørelse.

## VI TILBYDER:

- Gratis høreprøve
- 30 dages uforpligtende afprøvning
- Samme hørespecialist i hele forløbet
- Høreapparater i høj kvalitet fra flere producenter



**HØRNU**  
HØRELSENS MIDTPUNKT



**Frie Hørelinikker**  
Landsdækkende service  
Landsdækkende hjemmebesøg



**Sund Hørelse**  
**Tlf. 25 690 600**

**Centrumgaden 11**  
**2750 Ballerup**

**Bymidten 18**  
**4050 Skibby**

[www.sundhorelse.dk](http://www.sundhorelse.dk) . [info@bahc.dk](mailto:info@bahc.dk)

# ÅRSMØDET I ÆLDRE SAGEN SKIBBY

**51 medlemmer var mødt op, da Ældre Sagen fredag den 8. marts kl. 16 holdt årsmøde på Nyvej 7 B.**

Bestyrelsens beretning blev fremlagt af formanden Kirsten Nørskov, der kunne fortælle, at 1. møde i herreværelset blev afholdt 3. oktober, idet Peter Kjeldsen havde påtaget sig står for denne aktivitet, så 2023 blev det år, hvor det endeligt lykkedes os at få Herreværelset i gang.

Møderne er nu flyttet til lokaler i Sønderby Kultur- og Bryghus. Det er 29 deltagere. Måske skal vi også lave et Dameværelse?

Der var stor tak til både ledere og deltagere i 2 litteratur kredse, IT Cafe, 2 linedance hold, let motion, seniorbio, bowling, madklubben, mandeholdet i snedkerværkstedet, stolemotion, engelsk samtale, den hjælpende hånd, besøgsvenner, Danmark spiser sammen, tryghedsopkald, rejser, bisidderordningen, samt vågetjenesten, som dækker hele kommunen. Vågetjenesten modtog 14. december Frederikssund prisen på kr. 2.500, tillykke.

Trip- og teaterture har vi måttet op-høre med, men vi havde en overtegnet og vellykket tur til Folketinget, som Susanne Betina Jørgensen tog sig af og vi arbejder på ny tur den 13. september.

Vi efterlyser besøgsvenner til demensramte i Skibby området.

Bjørn Elkær Andersen er vor nye

webmaster samt redaktør af Det Sker. Velkommen og tak for din indsats.

Også stor tak til John Mårtensen, som er layouter på vort lokale blad og til Lisbeth Hybel, som læser korrektur.

En stor tak til alle i bestyrelsen for et stort arbejde og ikke mindst et godt samarbejde. Det er uvurderligt at have en bestyrelse, der fungerer så godt sammen.

Men, vi efterlyser yngre medlemmer, der vil gå ind i bestyrelsesarbejdet. Ellers risikerer vi, at vi ikke har en lokalafdeling af ÆS i Skibby. Vi er nu 1.904 medlemmer i 1.271 husholdninger.

På valg var: Benny Andersen, Frede Vittrup Christensen, Gitte Svendsen og Inge Askjær. Suppleanter: Anny Lorentzen, Anne-Grethe Adolfsen og Susanne Bettina Jørgensen. Alle blev genvalgt.

Der kunne uddeles 15 års nåle til: John Mårtensen, Gitte Svendsen, Helle Hansen og Anna Rasmussen.

Efter årsmødet var der fællesspisning, forloren skildpadde med det hele og underholdning af Heine, som er kendt af de fleste deltagere.

Konstituering.

Bestyrelsen har senere på et møde konstitueret sig således:

Kirsten Nørskov, formand, Frede Vittrup Christensen, næstformand,



PR og pressekontakt, Benny Andersen, kasserer og banko, Inge Askjær, sekretær og vågetjenesten, Gitte Svendsen, besøgsvenner og

Danmark spiser sammen, Jørgen Jannerup, IT- Café og Lise Lotte Due, bisiddertjenesten og Ældre-, social- og sundhedspolitisk kontaktperson.



FRISØR **SANNE**

Bestil online: [www.frisor.dk/frisor.sanne](http://www.frisor.dk/frisor.sanne)  
Hovedgaden 24 4050 Skibby  
Tlf.: 47 52 86 19

**SKIBBY CYKLER**  
SALG OG REPARATIONER

Tlf. 4752 8006  
Mob. 4252 8006



Hovedgaden 47, 4050 Skibby

# PAS PÅ SVINDEL – FUP OG FIDUS

## HUSK!!!!

Der er følgende 5 meget enkelte råd, som er meget nemt at følge:

1. Udleverer **aldrig** MITID eller kontooplysninger til en i telefonen og lav **aldrig** en overførsel, fordi nogen forsøger at overtale dig til det.
2. Læs altid teksten i MITID-app eller SMS, inden du bekræfter.
3. Klik ikke på et link i en SMS eller e-mail, du ikke har bedt om.
4. Lad dig ikke narre af ”love scams” eller investeringsfup.
5. Tal med dine nærmeste om digital svindel og hold dig opdateret.

(Kilde Nordea.dk/svindel, sikkerhed og bedrageri).

## HUSK OGSÅ!!!!

At Politiet ringer aldrig til borgerne omkring deres konti.

At du kan ringe til 114, hvis det skal bekræftes, at det er en rigtig betjent, man taler med i telefonen. Der kan de hurtigt se om vedkommende er betjent.



HORNSHERREDS  
**STØRSTE**  
COMPUTERBUTIK

Butikssupport: 125 kr. pr. kvarter

**MINORSUPPORT**  
IT-SUPPORT TIL PRIVATE & MINDRE ERHVERVSDRIVENDE  
Bymidten 2, 4050 Skibby  
**RING 34105074**

Butikken har åben alle hverdage 9:00-17:30  
Support hos dig, ring og bestil tid

**IT Support til private & mindre erhvervsdrivende**

Vi hjælper dig med din computer, printer, telefon, tablet, iPad, internet etc.

Vi opsætter og flytter data fra din gamle pc, telefon, tablet eller iPad.

Vi sælger computere, printere, telefoner, tablets og iPads.

**HOS OS VIL VI  
SUPPORTERE & SERVICERE  
DIG HELE VEJEN!**

# HUS Madsen

31 40 90 00

- din lokale ejendomsmægler

Vi har  til Hornsherred



Hilsen fra HUSMadsen  
Dorrit, Marianne og Susan

HUSMadsen I/S | Hovedgaden 75, 4050 Skibby | Tlf. 31409000 | mail@husmadsen.dk | husmadsen.dk



# TUR TIL CHRISTIANSBORG



Den 23. november 2023 var Ældre Sagen afdeling Skibby værter for en tur til Folketinget. Interessen for deltagelse var overvældende, og en bus med 50 deltagere blev hurtigt fyldt. Vi havde arrangeret turen, så der var god tid, og derfor blev der lavet en aftale med buschaufføren om, at han på vej ind til Folketinget skulle køre en lille omvej. Det blev en fin tur, hvor vi fik set en række gader og smukke bygninger på tæt hold. Også Kongens Nytorv med alle juleboderne og det smukt julepyntede hotel D'Angleterre fik vi set fra bussen. Da vi ankom til Folketinget skulle vi først igennem sikkerhedskontrollen. Der foregår lidt ligesom i lufthavnen: af med overtøj og bæltter og passage igennem en scanner. Det gik hurtigt og nemt. Da alle var kommet ind, tasker og overtøj var lagt i garderoben, og vi var blevet forsynet med et besøgsmærke, som skal bæres ligesom et navneskilt, var vi klar til rundvisningen.

Dagen var lidt speciel, for der skulle være minister-

rokade, og derfor var der en del aktivitet på gangene.

Folketingsmedlem Rasmus Stoklund skulle vise os rundt. På grund af ministerrokaden var sagerne i Folketingsalen blevet skubbet, og Rasmus måtte undervejs forlade os, da han havde et lovforslag, han skulle fremlægge i salen. Han havde lavet en aftale med Fie Hækkerup om, at hun var med til også at vise os rundt, så på den måde blev der taget virkelig godt hånd om rundvisningen. Rasmus og Fie fortalte om Christiansborgs historie og om hvordan, der arbejdes og samarbejdes i Folketinget. Vi så malerier af de tidligere statsministre og udvalgsforpersoner samt partifor-



mænd. Meget interessant, da malerierne er malet af forskellige kunstnere, og derfor også er meget forskellige i stil og udtryk.

Vi var inde i forskellige grupperum, og udvalgsrummet for Grønland og udvalgsrummet for Færøerne er virkelig værd at fremhæve som nogle særligt flotte lokaler. Vi var en tur ned igennem statsministergangen – vi var ude i den store forhal med de ”berømte” trapper. Vi kiggede ind i folketingsalen. Man kan godt sige, at det var en rundvisning med indlagt motion – lange gange og mange trapper. Heldigvis er der elevatorer i bygningen, så de, der ikke kunne klare trapperne alligevel nemt kunne være med. Efter rundvisningen, som varede ca. en time, gik vi ind i et gruppeværelse, hvor der var mulighed for at tale med Rasmus og Fie om det, vi havde oplevet og stille yderligere spørgsmål. ”Hvornår kommer motorvejen til Frederikssund?” og ”Hvornår kom-



mer den nye ældrelov?”, var nogle af de spørgsmål, der blev stillet.

Herfra gik det så til Snapsetinget, hvor vi fik kaffe og chokoladekage. Det var dejligt lige at sidde lidt og hyggesnakke. Da vi var færdige med kaffen, var der afgang mod Skibby. Bussen holdt klar, og chaufføren trakterede med en tår at drikke. Efter en god lang dag med masser af indtryk og oplevelser landede bussen atter sikkert på Nyvej i Skibby. Tak til alle deltagerne. Vi laver flere ture til Folketinget, for interessen var stor, og rigtig mange interesserede kunne ikke komme med her på den første tur.

*Tekst: Susanne Bettina Jørgensen og  
Foto: Sverre Teilmann.*



# Arrangementer

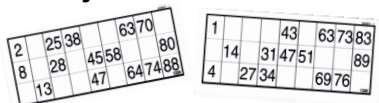
Perioden juni - 2024

Hvor andet ikke er oplyst, foregår aktiviteten på Nyvej 7B, Skibby.

## Banko

Sted: Gymnastiksalen,  
Ældrecenteret, Nyvej 7B  
Søndage kl. 13,30 – 16,30

**18/8, 15/9, 20/10, 17/11**  
**julebanko 15/12**



15 spil med præmier på 1, 2, og 3 rækker.

Side-, pot- stjernebanko. Ølspil og lotteri.

Medbring selv det du vil indtage.  
Intet fra køkkenet.

Benny Andersen, tlf.: 40 15 26 30.  
dalbyhuse6@gmail.com

For medlemmer med pårørende.

## Bowling

**Torsdag** kl. 13.00-14.00, der spilles en time hele året.

**Sted:** Mega Bowl, Mellemsvang 5, Holbæk, (samkørsel).

Pris 44 kr. + 15 kr. For kaffe og sko  
**Der spilles hele året.**

Starter efter sommerferien 15.  
august 2024

**For yderligere kontakt:**

Linda Christiansen, tlf.: 40 31 74 23.  
Mail: slch@privat.dk

## Bordtennis

**Kontakt venligst:**

Inge Rasmussen for tidsbestilling

Sted: Gymnastiksalen, Nyvej 7 B.  
Bordtennis i Brugerrådets regi.

Inge Rasmussen, 26 74 86 45

## IT-Café

**Torsdag** kl. 9.30 - 11.30

Sted: Ældrecenteret Nyvej 7 B 1.sal  
lokale 2

Tilmelding: unødvendig.

Det koster 10 kr. pr. gang, hvilket medfører risiko for en kop kaffe eller to.

Der holdes ferie 17. okt og 18 dec

**Starter 5. september**

For yderligere kontakt:

Jørgen Jannerup tlf.: 20 23 41 83  
jorge\_jannerup@yahoo.dk

## Madklub

Sted: Dagligstuen Nyvej 7B 1. sal  
Skibby.

Sidste onsdag i følgende måneder:

**25. sep. 30. okt. 27. nov.**  
Kl. 12.30 - 17.00.

Vi hygger os sammen med god mad  
og kaffe/ kage.

Pris: 100 kr. pr. person. (kan variere.)

Al henvendelse kan ske til:

Jette Ringius, tlf. 91 25 26 40,  
E-mail: jette@ringius.dk



## Mandeholdet

**Mandage** kl. 9.30 - 12.00

**Sted:** Snedkerværkstedet, Skibbyhøj

**Starter 23. september**

Deltagerne skal selv indkøbe de materialer de skal bruge.

Ældre Sagens forsikring dækker ikke deltagerne i tilfælde af skader.

Deltagerne må selv have en forsikring, hvis man ønsker denne dækning.

**Max ca. 12 personer**

Nærmere oplysning og tilmelding:  
Elo Andersen, tlf. 20 14 02 81.

## Litteraturkreds 1 og 2

**1. kreds** - næstsidste fredag i måneden kl. 10.30-12.00 senest.

**Sted:** Centret på Nyvej, lokale 3, 1. Sal.

**Starter op d. 23. august**

Der er ikke litteratur i efterårsferien.

**Tilmelding:**

Birgit Rohleder, tlf.: 23 71 24 43 eller  
Lisbet Steensgaard,  
tlf.: 44 91 79 68 eller 24 47 71 48.  
tolist@post.tele.dk

**2. kreds** - 2. fredag i måneden  
kl. 10.30-12.00 senest.

**Starter op 13. september**

Der er ikke litteratur i efterårsferien..

**Sted:** Centret på Nyvej, lokale 3, 1. Sal.

**Tilmelding:**

Missa Mølbak, tlf.: 60 16 84 43,  
missa@outlook.dk

## Seniorbio

I samarbejde med  
Ældre Sagen i Skibby og i Jægerspris  
samt Skibby Kino

Nedenstående mandage og tirsdage  
kl. 13.30. Dørene åbnes kl. 13.00.

### PROGRAM 2024

2. + 3. sep.: Madeleines Paris

7. + 8. okt.: The miracle club

4. + 5. nov.: Book club 2

### PROGRAM 2025

6. + 7. jan.: Ticket to Paradise

3. + 4. feb.: Oppenheimer

3. + 4. mar.: Rom

7. + 8. apr.: Victor mod verden

**Pris kr. 70,- for løssalg**

**RET TIL ÆNDRINGER  
FORBEHOLDES**

**Henvendelse:**

Esther Teilmann tlf.: 21 46 33 60

**Se filmenes handling på: [www.skibbykino.dk](http://www.skibbykino.dk)**

## Sprog

**Kursus i engelsk samtale**

**Mandage** kl. 10.00 - 11.30.

**Sted:** Midtbanevej 15, 4050 Skibby

Underviser: Annette Foght-Sørensen.

Tilmelding: Ole Kjerulff, 53 57 03 69.  
olekjerulff@gmail.com

## Let motion

**Tirsdage** kl. 10.00 - 11.30

**Sted:** Gymnastiksalen , Centeret  
Nyvej 7B, indgang fra biblioteket.

Dårligt gående lukkes ind via brand-  
døren.

Træning for både ”stærke” og ”svage”.

**Starter 3. september**

**Tilmelding ved fremmøde.**

For yderligere oplysninger kontakt:  
Underviser Jette Roed Rasmussen  
tlf. 41 44 58 30 e-mail:  
jette.roed.rasmussen@gmail.com

---

## BESØGSVENNER

Find en besøgsven til en hyggesnak  
og få en kopi kaffe, tage en gåtur  
eller tage ud at handle eller andet.

Besøgsven og -vært aftaler selv hvor-  
når man mødes.

**NB:**

Vi søger i øjeblikket flere  
besøgsvenner M/K. Har du lyst til at  
møde nye mennesker og besøge en,  
som sidder alene? Hvis du vil være  
med til at gøre en forskel og du har et  
par timer om ugen, eller du har  
behov for at finde en besøgsven, så  
henvend dig for flere oplysninger til:

Gitte Svendsen

Mail: broberg 64@live.dk,

tlf. 22 24 99 36

## Linedance

**Let øvede (begynder +)**

**Torsdage** kl. 10.30 til 11.30

**Sted:** Gymnastiksalen, Nyvej 7B,  
indgang ved biblioteket.

**Starter 5. september**

Tilmelding:

Birgitte Meedom Larsen,

tlf. 22 17 54 62

birgittemeedom@live.dk

**Let øvede 2**

**Torsdage** kl. 12.00 - 13.00

**Starter 5. september**

Tilmelding:

Birgitte Meedom Larsen,

tlf. 22 17 54 62

birgittemeedom@live.dk

---

## TRYGHEDSOPKALD

En aftale om at blive ringet op om  
morgenen fra vores Tryghedsopkald  
kan give ro i sindet.

Tager du ikke telefonen, kontakter vi  
dine pårørende.

Henvendelse for nærmere oplysninger  
til:

Tove Jacobsen på tlf.: 60 66 19 44

eller

Esther Frederiksen, tlf. :51 26 54 44

# TURE/REJSER

## BESØG FOLKETINGET I EFTERÅRET 2024

Det var en meget stor succes med Ældre Sagens besøg i Folketinget i 2023. Derfor gentager vi besøget den 23. september 2024. Der vil efter besøget være en frokost i Snapstinget, drikkevarer for egen regning.

Omkring tilmelding vil dette være muligt som sidste gang, først til mølle.

Hold øje med Lokal Avisen og det lokale nyhedsbrev, idet der vil komme noget mere præcist om pris og om turen”.

## BOWLING I HOLBÆK

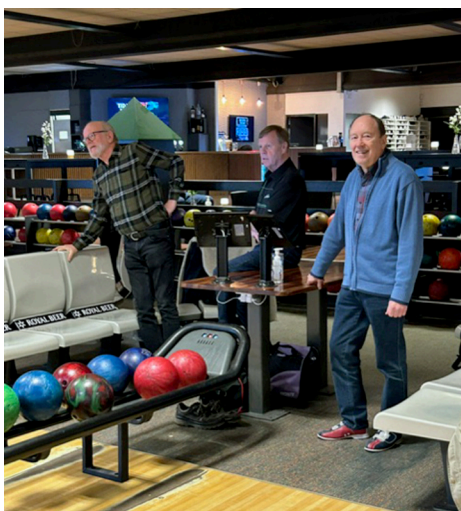


Vi spiller stadig i Holbæk hver torsdag fra kl. 13 - 14

Vi mødes gerne 1/2 times tid før og vender verdenssituationen. Der er kaffe på maskinen til fri afbenyttelse og nogle har måske lyst til et stykke kage, 12 kr. Så hygge og grin på banerne, 130 kr. for en bane delt med 3.

Vi holder sommerferie, sidste gang inden er torsdag den 20. juni og første gang efter er den 15. august.

Sommerhilsen fra Linda, Skibbowlernerne



MENY Skibby laver gerne mad ud af huset til din næste familie komsammen, fest, eller vil du bare gerne have noget nemt og hurtigt til aften. Ingen opgave er for stor for os.

Se bla. vores lækre udvalg af dagens ret i butikken til kr. **54,95**, 2 stk. kr. **89,95**, samt vores udvalg af smørrebrød.

Skulle du have nogle specielle ønsker, så klarer vi også dette. Kom ind og snak med vores delikatessepersonale, så finder vi en løsning sammen.

**Åbent alle ugens dage fra kl. 8 – 20**

**Tlf.: 41 33 94 29**

*Med venlig hilsen delikatessepigerne*

# IT-Café

Efter en periode med færre besøgende, er vi nu heldigvis oppe på ”normalen”.

Men normalen kunne uden problemer forstærkes med endnu flere besøgende!

Vi er naturligvis klar over, at mange får kvalificeret hjælp af familie og bekendte til at komme over problemer med både computere og smartphones. Og uden tvivl kan man købe assistance til at få løst de problemer, man ikke kan undgå at støde på, når man bruger telefon og PC.

Men hvorfor bruge penge på det, når vi kan løse 99% af ”problemerne”?

Vi tilbyder jo en bred vifte af hjælp i forbindelse med eksempelvis brugen af computer, tablet og smartphones, med de problemer der er i forbindelse med styresystem, almindelige programmer/apps som f.eks. tekstbehandling, fotobehandling, slægtsforskning, gængse apps og selvfølgelig udstyr generelt.

Hjælp med indkøb af udstyr, hvor det ofte er svært at vide, hvad man egentlig har brug for, så udstyret bliver dyrere end nødvendigt.

Kommer der spørgsmål om andre emner, vil vi naturligvis gøre alt, hvad vi kan for at finde løsninger!

Vi så gerne flere ”kunder” i Caféen, for på fotoet kan man jo tydeligt fornemme, at der kunne være plads til flere!

Vi holder åbent hver torsdag fra 09.30 til 11.30 på Nyvej 7

Det koster 10 kr. for en kop kaffe.

## PS.

For at vedligeholde vores hjælp til ”kunderne”, mangler vi nogle ildsjæle m/k der med et rimeligt kendskab til IT og de udfordringer der er nævnt ovenfor, kunne tænke sig at hjælpe til i IT-Caféen!

Lad os høre fra jer!





## Endagtur til Sprogø den 23. april arrangeret i samarbejde med Giba Travel

Turen var tænkt som en forårstur, men kong vinter ville ikke rigtig slippe, så i 5 graders kulde startede turen. Vi var 40 deltagere både fra Jægerpris, Frederikssund og endda 2 fra Sorø. Vi blev hentet i Skibby i en spritny bus, så på hele køreturen var det bare at læne sig tilbage og nyde den smukke natur, der på trods af kulden stod forårskar. Vi kørte over Storebælt og holdt frokost ved Knudshoved, må dog beklage, at det ikke er så hyggeligt at spise ude uden bord og stole i vinterkulde. Sandwichen smagt dog godt. Så gik turen til Sprogø. Øen er nu ejet af A/S Storebælt. Øen er fredet og der er mange restriktioner, vi skal overholde, derfor skal der altid være en lokal guide til at vise rundt. Vores guide var meget vidende, men desværre virkede hans mikrofon ikke, så det var ikke alle der kunne høre øens spændende historie.

Øen har været bosat siden 4000 år f.Kr. og har haft mange vigtige funktioner. Øen var omkring år 1070 en ren røverkule hvor venderne drev sørøvertogter fra, det sluttede dog da Valdemar den Store byggede en borg i 1167 for at forsvare riget. Fra 1500 tallet blev der drevet landbrug af Hollandske bønder. Fra 1900 tallet var øen ejet af De danske Statsbaner, der havde telegrafstation samt mellemstation for isbrydere.

I 1922 blev øen forpagtet af ”De Kellerske Anstalter” som drev et hjem for kvinder, der var kendt umyndige pga. evnesvaghed, men som i virkeligheden ofte bare var seksuelt løsgtige. I gennemsnit var kvinderne der 7 år, hvor de fik en ”uddannelse” i huslige sysler samt landbrug. Var de gravide når de kom, blev barnet fjernet ved fødselen. Næste alle pigerne blev steriliseret for at ”beskytte” samfundet for flere børn af dårlig herkomst. I alt har ca. 500 piger fra 1923 til 1961 været anbragt. Det er en grim historie i vore dages synspunkt.

Efter rundvisningen fik vi en hurtig kop kaffe, det var faktisk ikke tilladt efter reglementet, så det var bare om at komme ind i bussen. Derefter kørte vi rundt på den del af Sprogø, der er etableret i forbindelse med Storebæltsforbindelsen, vi så både tunnelforbindelsen beregnet til tog og den flotte højbro. På denne del af turen fik vi super fin orientering om både bro, tunnel og fuglelivet.

I dag er øen fredet og beriget med 300 forskellige plantearter og omkring 70 fuglearter yngler på øen. Også de grønspættede frøer er fredet, dem så vi dog ikke så nogen af.

På hjemturen til Skibby kunne vi slappe af i bussen og nyde at vi ikke var ude, idet det regnede hele vejen.

En oplevelsesrig dag.



# HERREVÆRELSET ÆLDRESAGEN SKIBBY

Nu hvor sæsonen lakker mod enden må vi sige, at herreværelset er en konstant voksende succes. Fra starten var vi 12-13 stykker nu er vi 27 med venteliste.

Det var vigtigt fra starten, at vi fandt ”vores eget” sted, hvor vi følte os hjemme. Så vi har ført en lidt omflakkende tilværelse. Først var vi i Ældrecentret på Nyvej, derefter i Skibby Kinos udmærkede mødelokale og til sidst fandt vi vores sted: Sønderby Kultur & Bryghus. Her føler vi os virkelig hjemme. Dejligt stort lokale med plads til ca. 25 mennesker, og ikke mindst en dejlig modtagelse af de frivillige i kulturhuset.

Vores aktiviteter består i at spise frokost sammen, at tale med hinanden



og at høre på fortællekunst udøvet af vore herrer.

På billedet ser man vores besøg hos Herslev Bryghus.

Vi glæder os til at starte igen tirsdag den 6. august kl. 12.30.

Peter Kjeldsen

 **Panter Rejser**

**OPLEVELSER I FÆLLESSKAB**

Tlf.: 75 85 73 33  
[www.PanterRejser.dk](http://www.PanterRejser.dk)

la  
**ETIQUETA**

**Din Vin- og Tapasbar**

200 forskellige dejlige spanske vine.  
Gratis levering i Skibby og omegn  
Hovedgaden 80, Skibby  
Mobil: 50720333  
email: [obranan@gmail.com](mailto:obranan@gmail.com)  
[www.laetiqueta.dk](http://www.laetiqueta.dk)



# DANMARK SPISER SAMMEN



54 deltagere havde fundet vej til Ældre Sagen Skibbys arrangement i samarbejde med Folkebevægelsen mod ensomhed fredag den 19. april kl. 17,30 i Gymnastiksalen, Nyvej 7 B, Skibby.

Deltagerne strømmede ind, da dørene blev åbnet kl. 16,45. Så der var tid til at finde en plads, købe drikkevarer til maden og få snakket. Og det blev udnyttet.

Kl. 17,30 bød Gitte Svendsen velkommen, gennemgik planen for aftenen samt fortalte, at det var næstsidste gang at hun var vært for Danmark spiser sammen. Fandt man ikke en afløser, ville denne aktivitet udgå.

Aftenens menu var brændende kærlighed. Det smagte bare godt og der blev gået til den. Da middags-tallerknerne var samlet sammen blev der serveret kaffe med hjemmebagt kringle.

Gitte fik på dette tidspunkt en henvendelse fra en af deltagerne, der



viste interesse for at overtage jobbet med at planlægge og udføre Danmark Spiser Sammen. Så fremtiden ser lovende ud.

Ved 20,30 tiden var snakken ved at forstumme og tid til at gå hjem. Alle havde haft en hyggelig aften med god mad i et godt selskab. Men der manglede rødbeder.



Tlf.: 47 51 25 60  
Hovedgaden 50  
4050 SKIBBY

## **OBS: ÆLDRE TELEFONEN**

”Når livet slår knuder”

Ældre Sagen vil oprette en ældretelefon hvor man kan ringe anonymt og tale med frivillige om det, der fylder. Det kan være følelsen af ensomhed, en ægtefælles sygdom angst for at dø og meget andet.

Telefonen går i luften den 3. juni 2024.

Der kan ringes på tlf. 32 210 210 på mandag-fredag kl. 9.00 – 15.00.

# VÅGETJENESTEN

## En overraskelse

Vågetjenesten holdt julefrokost den 14. december.

De var godt i gang med mødet, da de fik besøg af Kenneth Jensen fra byrådet og Daniel Kristensen fra Arbejdernes Landsbank samt repræsentanter fra Koordinationsudvalget.

De var ikke blevet informeret om dette besøg på forhånd, så det var en stor overraskelse.



Den næste overraskelse var at vågetjensten fik tildelt Frederikssund Prisen.

Kenneth Jensen sagde at de fik prisen som en påskønnelse af :

- den store indsats
- de tilfredse borgere
- og det gode samarbejde med kommunen.

Fra Ældre Sagen i Frederikssund kommune skal lyde et **KÆMPE** tillykke.

Det er dejligt at Ældre Sagen bliver påskønnet for den frivillige indsats.

---

## VI PLANLÆGGER EN TUR I EFTERÅRET TIL

**Regan Vest og Hvidsten Gruppen** Afrejse den 20. - 21. oktober – 2 dages busrejse

På denne spændende tur kommer vi helt tæt på Hvidstengruppens aktiviteter med en lokalhistoriker. Vi går i fodsporene på Marius og Niels Fiil, der stod i spidsen for en gruppe modige mænd, der modtog våben fra luften, som led i modstanden under 2. verdenskrig. Turen byder også på et besøg på Regan Vest og her får du chancen for at opleve den hemmelige regeringsbunker fra Koldkrigstiden. Den atomsikre bunker blev opført i al hemmelighed i 1960'erne og bunkeren er ikke et militært anlæg, men blev bygget med det formål at huse regeringen, embedsmænd samt den siddende regent i tilfælde af en atomkrig.

**Turen egner sig ikke for dårligt gående.**

Pris pr. person i delt dobbeltværelse kr. 2.995,-

Tillæg for eneværelse kr. 295,-

Nærmere oplysninger og tilmelding Lene Lindedam  
tlf. 60929188 – mail [lindedam@privat.dk](mailto:lindedam@privat.dk)



## Skibby Plæneklipper- & Auto Mester

### Reparation og salg af:

Havetraktorer  
Plæneklippere  
Buskryddere  
Motorsave  
Hækkeklippere

**AUT. FORHANDLER AF:**  
Stihl, Husqvarna, MTD,  
Cub-Cadet, Craftsman, Stiga,  
Texas og Klippo

**HUSK vintereftersyn**

### AutoMester:

- **Forsikringskader**  
Vi samarbejder med alle forsikringselskaber
- **Vi servicerer alle bilmærker**  
Både person- og varebiler
- **Klargøring til syn**
- **Autotransport**
- **Køb og salg af biler**

**Automester**  
for dig!  
Vi står på hovedet!

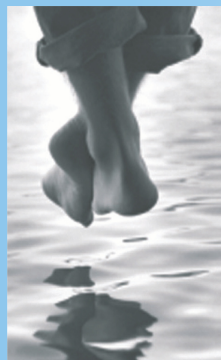
**HUSK**  
Bilens garanti  
gælder stadig, når  
du får lavet service  
hos os!  
Dæk med 3 års  
garanti!



Hovedgaden 77 - 4050 Skibby  
Tlf. 4752 9875 - 4061 9875  
spa@spla.dk - www.spla.dk

**ÅBENT:**  
Mandag-fredag  
kl. 7.00-16.30

Fra d. 1.4 - 1.10  
Lørdag  
efter aftale



**Klinik for  
Fodterapi**

Hovedgaden 39A  
Tlf.: 47 52 80 20  
www.skibby-fodterapi.dk

skibbyfodterapi@hotmail.com

**Forhandler af  
new feet**  
MEDICAL FOOTWEAR

**Under koordinationsudvalget, hvor alle 4 lokalbestyrelser samarbejder, har vi:**

## VÅGETJENESTEN

Der våges hos alle døende borgere på Frederikssund sygehus, på bosteder, på plejecentre og i private hjem i hele Frederikssund kommune.

Var det noget for dig at blive våger? Du kommer på kursus m.m.

Henvendelse til Inge Askjær på tlf: 22376188 eller på mail:  
ingeachjaer@gmail.com.

---

## DEMENSVENLIG AFDELING, SKIBBY

I Skibbyområdet har vi hårdt brug for besøgsvenner til demensramte.

Vi prøver endnu engang at efterlyse besøgsvenner til demensramte i Skibbyområdet og ikke mindst en demensansvarlig, som kunne tænke sig at lave lidt arrangementer for demente og deres pårørende i eget hjem. Ældre Sagen har kurser, så man bliver godt klædt på til opgaven.

Er der nogle der godt kunne tænke sig at lave lidt frivilligt arbejde og stå som ansvarlig i vores område, hører vi gerne fra jer.

Henvendelse til: Kirsten Børregaard Nørskov, tlf. 22 47 71 96.

---

## MEDLEMSKAB AF ÆLDRE SAGEN

**Enkeltmedlemsskab: 135 kr. halvårligt (landsdækkende)**

**Familiemedlemsskab: 220 kr. halvårligt (landsdækkende)**

Man kan blive medlem fra det fyldte 18. år.

Hvis man ønsker at melde sig ind, kan man kontakte Ældre Sagen på tlf.: 33 96 86 86, eller kontakte Kirsten Børregaard Nørskov på tlf.: 22 47 71 96.

På Ældre Sagens hjemmeside [www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/skibby](http://www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/skibby) kan man se vores aktiviteter”

# KENDER DU SYMBOLET FOR DEMENS?

Demens er en folkesygdom, som hvert år ændrer livet for tusindvis af danskere og antallet forventes at stige i de kommende år.



Demens rammer typisk personer over 65 år men kan forekomme tidligere i livet. Selvom risikoen for demens stiger med alderen, skyldes demens dog ikke alderdom men sygdom.

Demens er en fællesbetegnelse for en tilstand i hjernen, hvor de mentale funktioner svækkes. Fælles for demenstilstanden er, at den som oftest gradvist vil resultere i:

Intellektuel svækkelse (hukommelse, overblik, dømmekraft, orienteringsevne)

Ændret personlighed (nye vaner, ændrede hensyn til andre)

Fysiske symptomer (tab af funktionsevne)

Kommunikationsvanskeligheder (tale, forstå, handleevne)

Ændret adfærd (interesser og humør, vrede, isolation, ligegyldighed, manglende hensyn, overstadighed)

(Kilde: Uddrag af pjece udarbejdet af Ældre Sagen)

---

## Vi forsøger at starte Stolemotion i hjemmet op igen

Vi søger derfor personer som kan give denne motion til ældre, som ikke har mulighed for at klare sig på et hold.

Vi har været så heldig at få en person, som gerne vil være tovholder på stolemotion i hjemmet.

Anne-Marie Kjerulff vil gerne forsøge at genoplive aktiviteten og vi søger hermed personer som vil være træner og gerne vil komme i den ældres eget hjem.

Målgruppen er borgere, som ikke er selvhjulpne nok til at deltage på et hold.

Der bliver øvet med lette træningsprogrammer, så den ældre får lyst til og mod på selv at fortsætte øvelserne.

Trænerne kan få gratis kurser gennem Ældre Sagen, så man er godt "klædt" på til opgaven.



### Vær med at gøre en forskel.....

Nærmere oplysninger kan fås ved henvendelse til:

Kirsten Børregaard Nørskov,  
tlf.: 22 47 71 96 eller mailadresse:  
Kirbnoe@gmail.com.



# HVAD BETYDER DET AT VÆRE DEMENS/BESØGSVEN



At være besøgsven til en demensramt er at være ven med et menneske, der har svært ved at huske, og som måske stiller det samme spørgsmål flere gange. Som med andre venner bringer man lidt lys og glæde ind i den dementes hverdag og taler om det, der kan berige begge parter.

Besøgsvennen behøver ikke at komme hver dag eller hver uge, men kommer regelmæssigt og giver den dementes pårørende et afbræk i en ensformig hverdag og mulighed for at opleve noget andet.

Som besøgsven tilbydes informationer og kurser, så besøgsvennen er

klædt på til at være besøgsven til en demensramt.

For at besøgsvennerne ikke skal køre længere end højst nødvendigt, gør Ældre Sagen alt for at besøgene ligger så tæt på ens egen bopæl som muligt.

Vi søger interesserede, kunne eventuelt være pensioneret SOSU'er eller andre, som har arbejdet med demente, som kunne tænke sig at blive besøgsven og ønsker uforpligtende information, så kontakt den demensansvarlige for alle 4 lokalebestyrelser i kommunen:

Kirsten Holst, på mail:

[mkholst@mail.dk](mailto:mkholst@mail.dk)  
Eller tlf: 40 36 59 66.

ÅBENT  
360 DAGE OM ÅRET



XL-BYG BJERGMARK



XLBYG\_BJERGMARK



HOVEDGADEN 1 A · 4050 SKIBBY · TLF.: 47 59 00 00



# Ældre Sagen

Skibby Lokalbestyrelse

**Formand**/medl. af koordineringsudv., delg. forsami., distr. Af lokal blade til brevdue, influenzavaccination

Kirsten Nørskov 22 47 71 96  
e-mail: kirbnoe@gmail.com

**Næstformand**/medl. Af koordineringsudv., Suppl. til delg. forsaml., Annoncekonsulent. PR.Kontakt til pressen.

Frede Vittrup Christensen  
Tlf.: 29 80 93 53 / 47 52 85 26  
e-mail.: fredev@vip.cybercity.dk

**Bestyrelsesmedlem**/Kasserer, Bankospil

Benny Andersen 40 15 26 30  
e-mail.: dalbyhuse6@gmail.com

**Bestyrelsesmedlem**/Besøgsvennetjenesten,medlemaf ad hoc-gruppe u/koordinat. Udv.,Brevdue.

Gitte Svendsen 22 24 99 36  
e-mail.: broberg64@live.dk

**Bestyrelsesmedlem**/IT-kontaktperson, stedfortr. webmaster

Jørgen Jannerup 20 23 41 83  
e-mail.: Jorge\_jannerup@yahoo.dk

**Bestyrelsesmedlem**/Ældre-, social og sundhedspolitik,Bisiddertjenesten

Lise Lotte Due 20 40 41 35  
e-mail.: lilodue@outlook.dk

**Bestyrelsesmedlem**/Sekretær, Brevdue og kontaktperson for Vågetjenesten.

Inge Askjær 22 37 61 88  
e-mail.: ingeaskjaer@gmail.com

**Suppleant**/Brevdue

Anne-Grethe Adolfsen 24 84 34 90  
agadolfsen@mail.dk

**Suppleant**/Brevdue

Anny Lorentzen 29 69 02 39  
annylorentzen@hotmail.com

**Suppleant**/Endagsture

Susanne Bettina Jørgensen 22 90 30 92  
sbjoe@frederikssund.dk

**Ældre Sagens hjemmeside**  
[www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/skibby](http://www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/skibby)

**Deadlines for løbende indsendelse af materiale til Ældre Sagens medlemsblad er for bladet, der skal ud i uge 24/25, til og med 15. april, og for bladet, der skal ud i uge 50/51 til og med 15. Oktober, til:**

**Frede Vittrup Christensen mail: fredev@vip.cybercity.dk**

**Udgives af:** Ældre Sagen Skibby Redaktionen:  
Layout: **John Dalby Mårtensen**, mail: john.maartensen@gmail.com.  
Korrekturlæser: **Lisbeth Hybel**, mail: hybellisbeth@gmail.com  
Tryk: **KLSPurePrint**

# DEN HJÆLPENDE HÅND

Lad være at være irriteret over, at man ikke har kræfter til at lave det man kunne da man var yngre. Ring efter **Den hjælpende hånd**.

Vi har nu 3 frivillige hjælpere som kan være behjælpelig med diverse småreparationer, som man ikke selv kan klare. Det kan være udskiftning af el-pære eller sikringer, ophængning af billeder eller postkasse eller meget andet.

**Karsten Roed** kan kontaktes på hverdage kl. 8-9  
mobil: 22 97 71 52

**Finn Petersen**  
Telf.: 29450369  
Mail: fipe@webspeed.dk

---

## Medlemskab af Ældre Sagen påkrævet

---

**WEBMASTER TIL VEDLIGEHOVELSE AF "DET SKER" OG HJEMMESIDEN**  
**Bjørn Elkær Andersen** vil fremover stå for vedligeholdelse af ovennævnte medier.

## BISIDDERORDNINGEN

Hvis du er usikker, når du f.eks. skal til møde i kommunen, banken, en advokat, læge, m.m. kan du få en ledsager - en Bisidder - som kan forklare og huske sammen med dig. Bisidderne har tavshedspligt.

Bisidderordningen har vi stadig i Skibby under Skibby afdelingen.

De 2 bisiddere, som er bosiddende i Skibby er:

Else Flensted Rasmussen  
eller Lise Lotte Due,

tlf. 20 29 50 35  
tlf. 20 40 61 35

---

## LOKALE NYHEDSBREVE - FÅ NYHEDERNE HURTIGT

Gå ind på [Ældresagen.dk/skibby](http://Ældresagen.dk/skibby). I bunden af siden kommer følgende frem:

### Nyhedsbrev

Få nyheder fra din lokalafdeling tilsendt via e-mail.  
Tilmeld dig til det lokale nyhedsbrev.

---