

Ældre Sagen

RINGKØBING-HOLMSLAND

**Velkommen
til sæson 2024-25**



Velkommen til sæson 2024-25

Kære medlem

Som nyvalgt formand glæder det mig at kunne byde velkommen til en ny sæson, som er ved at være planlagt.

Hen over året vil der komme yderligere arrangementer, som bekendtgøres på hjemmesiden, hvor alle aktiviteter og arrangementer kan ses.

Der bliver også løbende udsendt Det Sker, Nyhedsbreve (husk du kan tilmelde dig på hjemmesiden nederst), lavet Facebook-opslag og annonceret i Ugeavisen.

Bestyrelsen vil gerne opfordre til at henvende dig, hvis du har ideer til og lyst til at være en del af et nyt tiltag til glæde for medlemmerne.

Ældre Sagens onlineprogram omkring tilmelding og betaling gør det lettere for dig, men ikke mindst for de bestyrelsesmedlemmer, der modtager tilmelding og betaling for aktiviteter og arrangementer.

Vi har gennem de sidste par år gjort os erfaringer med onlinesystemet, og vi håber, at du fremover vil gå ind på vores hjemmeside www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/ringkoebing-holmsland for at tilmelde og betale, når vi beder om det.

Skal du have hjælp til det, vil vores IT-afdeling Åben datastue hver mandag 9.30 – 11.30 på vores kontor i Sundhedshuset indgang A, Nørredige 28, Ringkøbing være behjælpelig.

De, der hverken har computer eller smartphone og heller ikke har mulighed for onlineløsning, har naturligvis fortsat mulighed for at ringe og tilmelde sig.

Der bliver online tilmelding og betaling til de aktiviteter og arrangementer, hvor der kræves tilmelding.

Ved aktiviteter og arrangementer uden tilmelding kan man blot møde op og betale med MobilePay, betalingskort eller kontant.

I år har vi indført en gradueret deltagerpris for medlemmer og ikke medlemmer, så man derfor får endnu en fordel for sit medlemskab.

Alle er velkomne og inviter gerne venner og bekendte med, der måske ikke selv ville komme af sted.

Vi ser frem til en udbytterig sæson og glæder os til at se dig til vores aktiviteter og arrangementer.

Inger Engholm Hjort



Indhold:

Socialhumanitært arbejde	4
Danmark Spiser Sammen	5
Aktiviteter	6-7
Arrangementer.....	8
Ringkøbing BIO	9
Årsmøde	10
Læringsvenner.....	11
Førstehjælpkursus.....	11
Åben datastue.....	12
IT-undervisning.....	12
Influenzavaccination	13
Torsdagsmøder	14
Bestyrelsen.....	15
Ture og rejser.....	16
Sorggruppe.....	16



Selvom vi er områdets ældste ejendomsmæglerfirma (født 1976), har vi ingen problemer med at følge med.

Vi tager os af din bolighandel fra A-Z med tryghed og faglighed i højsædet.

Overvej du at sælge din bolig.

Du er altid velkommen til uforpligtende at besøge os i vores butik.

Vi udarbejder gerne et EDC Salgstjek – gratis og helt uforpligtende.

Hussalg med tryghed og særlige fordele!

Vi vil gerne give dig et tilbud:

Viser du os denne »annonce« senest på vurderingen i dit hjem – får du kr. 10.000,- i rabat på dit salg.***



Med venlig hilsen

EDC Ringkøbing

9732 1622

*** Gælder ikke for eksisterede kundeforhold.
*** Kan ikke kombineres med øvrige rabatter.

Socialhumanitær kontaktperson:

- Inge-Merethe Poulsen · 23 42 54 50
imp-kontorhjaelp@mail.tele.dk

Ældrepolitisk kontaktperson:

- Inger Engholm Hjort · 23 23 97 86
fm.ringkoebing-holmsland.667@
aeldresagen.dk

Tryghedsopkald:

Du kan blive ringet op hver morgen til aftalt tid. Svarer du ikke, kontaktes hjemmeplejen eller pårørende.

- Hanne Lauritsen · 23 31 12 43
hanne.fyt@gmail.com

Besøgsven:

Ønsker du en besøgsven til en hyggesnak, et spil kort, en gåtur eller andet?

- Inge-Merethe Poulsen · 23 42 54 50
imp-kontorhjaelp@mail.tele.dk

Bisidderordning:

Har du brug for en bisidder, f.eks. ved møder med offentlige myndigheder eller sygehus? Vi stiller en bisidder til rådighed, som selvfølgelig har tavshedspligt.

- Anna Maria Rindom · 42 32 08 13
amvuc@yahoo.dk

Aflastning:

for pårørende eller andre, der passer alvorligt syge, demente eller kronisk syge i eget hjem, og som har behov for tryk i nogle timer. Vi samarbejder med Menighedsplejen. Tilbuddet gælder hjem i Ringkøbing og omegn.

- Ruth Grysbæk · 23 46 92 63
rk-gry@webspeed.dk

En hjælpende hånd:

- En hjælpende hånd:
- Tænk på din sikkerhed.
Vi hjælper med at installere røgalarm, skifte en elpære eller andre småting, samt bud til Hjælpemiddelcentral sammen med bruger. Pris 40 kr.

- Jan Lærke · 30 31 37 80
asta.jan@sol.dk

- Iver Kristensen · 51 29 40 57
heboltoft110@gmail.com

Reparationsværksted:

Nyt projekt i samarbejde med Medborgerhuset. Pris 25 kr. pr. gang. Anden mandag i hver måned kl. 9.30-11.30.

Har du noget, der er gået i stykker, som har fortjent længere levetid? Mangler du en hånd til små reparationer, såsom at sy en knap i et par bukser, foret der er gået op i en lomme, forlængerledningen der ikke virker, klokradioen der driller? Så kom og få hjælp.

- Inge-Merethe Poulsen · 23 42 54 50
imp-kontorhjaelp@mail.tele.dk





Ældre Sagen Ringkøbing-Holmsland Lokalbestyrelse



Danmark Spiser Sammen, 2024 og 2025

for enlige og ældre i Medborgerhuset,
Herningvej 7A, Ringkøbing

Der serveres 2-retters menu, kaffe, småkager,
1 glas vin/øl eller vand.

Kontakt: Inge-Merethe Poulsen, 23 42 54 50,
imp-kontorhjælp@mail.tele.dk

Ældre Sagen og Folkebevægelsen mod ensomhed
arrangerer Danmark Spiser Sammen over hele landet.

Onsdag den 13. nov. 2024
kl. 12.00-16.00

Online tilmelding og betaling (150 kr.)
på hjemmesiden senest den 8. nov. 2024

Onsdag den 23. april 2025
kl. 12.00-16.00

Online tilmelding og betaling (175 kr.)
på hjemmesiden senest den 18. april 2025



Lyt med på
89,4 105,9
Nu også på mobil app
www.radioringkobing.dk
Bliv medlem og støt din lokale radio.

Grafisk service



Plesnerhus · Østergade 9 · 6950 Ringkøbing · Tlf. 97 32 11 00 · grafisk@rastryk.dk · www.rastryk.dk

Aktiviteter

**Gør vandskræk til vandglæde.
Kom og vær med!**

Vandgymnastik for damer

I Lem Svømmehal i efteråret.

Hver onsdag kl. 10-11 hold I

Hver onsdag kl. 11-12 hold II

Efterår 04.09.-18.12. Undtagen i skolernes ferie.

Forår: Ringkøbing Svømmehal forventes klar - tider kommer senere.

Online tilmelding og betaling senest den 28. august eller overførsel til 7670 1522155.

Husk at skrive vandgymnastik damer og hold nr. 400 kr. for medlemmer og 425 kr. for ikke-medlemmer pr. halvår – i Lem med livredder.

● **Kontakt:** Lone Rabjerg Lauritsen · 24 65 85 39
lonerabjerg@gmail.com

Vandgymnastik for mænd

I Lem Svømmehal.

Hver onsdag 7.30-8.30

Efterår: 04.09.-18.12.2024

Forår: 08.01.-30.04.2025

Undtagen i skolernes ferie.

Online tilmelding og betaling senest den 28. august eller overførsel til 7670 1522155.

Husk at skrive vandgymnastik herrer.

300 kr. for medlemmer og 325 kr. for ikke-medlemmer pr. halvår – uden livredder.

● **Kontakt:** Asger Smedegaard · 20 21 50 17
sonjaogasger@gmail.com

Petanque

Der spilles hver tirsdag og torsdag på banerne bag ROFI-Centret.

Kl. 14 i perioden 01.04. til 31.10.2024.

Kl. 13 i perioden 01.11.2024 til 31.03.2025.

Arrangør: Petanqueudvalget i Rofi-Centret

i samarbejde med Ældre Sagen.

Vi arrangerer forskellige ting i løbet af året.

To aftener med petanque og grill.

Tur til Herning petanqueklub hvert andet år.

Intern turnering første tirsdag og tredje torsdag i hver måned i sommerperioden.

● **Kontakt:** Erik Lauridsen · 97 32 27 53
lauridsen.erik@hotmail.com

● Betaling 250 kr. årligt til Rofi efter to prøvegange.

Seniordans

Fredage kl. 15.00 til 17.00

Ringkøbing Skole, multihallen.

Efterår: 06.09. til 06.12.2024

Forår: 03.01. til 11.04.2025

Undtagen i skolernes ferie.

Pris: 15 kr. pr. gang. Medbring kaffe og brød.

Tilmelding er ikke nødvendig. Kom med eller uden partner. Der er altid én at danse med.

Åbent hus fredag, den 13. september.

Oplev, hvad seniordans er. Det er fuldstændig uforpligtende og næsten gratis.

● **Kontakt:** Rita Welander · 51 95 96 76
rit@hoejris.dk

Livet er kort – spil bridge

Hver tirsdag kl. 13.30-16.30

I Medborgerhuset, Herningvej 7A, Ringkøbing.

Første gang tirsdag den 3. september.

Efterår: 03.09. til 10.12.2024

Forår: 07.01. til 15.04.2025

Online tilmelding på Ringkøbing Bridgeklubs hjemmeside www.bridge.dk/4356 senest den 15. august.

Pris: 450 kr. for medlemmer for hele sæsonen inkl. kaffe plus kontingent til Danmarks Bridgeforbund 330 kr., opkræves af Eva Thomsen ved sæsonstart.

● **Kontakt:** Eva Thomsen · 53 34 51 41
eva.olga.thomsen@hotmail.com

Cykelmotion og frisk luft

Vi samles hver onsdag kl. 9.30 ved Ringkøbing Sundhedshus, Nørregade 28, indgang A.

Vi cykler på udflugtsture i vores lokalområde og holder altid en lille kaffepause.

Næsten uafhængigt af vejr og vind cykles turene, der tilrettelægges fra gang til gang. Nogle gange cykles en lidt længere tur, som varsles ugen før.

Der er ingen tilmelding. Det er gratis at deltage. Kan stærkt anbefales.

Vi cykler efterår 7. august til 25. september 2024.

Starter igen onsdag den 9. april 2025.

● **Kontakt:** Erik Hald · 25 13 59 10
erikhald@webspeed.dk

Krolf

Der spilles hver mandag og onsdag kl. 14-16 på banen syd for Aktivitetshuset Ringkøbing, hvor én fra krolfudvalget er til stede.

Det er en dejlig form for motion og samvær med andre. Spillet er en mellemting mellem krocket og golf. Kontingent for 2024: 100 kr. Vi starter kl. 14 ved rygeskuret øst for Aktivitetshuset Ringkøbing. Efter spillet drikker vi sammen vores medbragte kaffe i Aktivitetshusets pavillon.

KOM OG PRØV!

Yderligere oplysninger hos krolfudvalget:

- Lis Bjerg · 60 71 19 50

Mandeklub

Vi mødes den sidste mandag i måneden kl. 10.00-12.30 i Medborgerhuset, Herningvej 7A, Ringkøbing.

Foreløbigt program:

- 30.09. Besøg af byrådsmedlem og formand for social og sundhed Jens Erik Damgaard.
 - 28.10. Besøg i Lalandias maskinrum.
 - 25.11. Besøg af Jørgen Hansen
– Jul i Ringkøbing i gamle dage.
- Og 4 dage i 2025. Sidste dag 28.04.

Arrangementansvarlig: Helge Hansen · 40 41 48 50
HBH@gmail.com. Pris for kaffe og en sildemad 80 kr.

Online tilmelding og betaling på hjemmesiden torsdag ugen før.

- **Kontakt:** Jens Ahle · 61 67 98 94
ahlejens@gmail.com

Bordtennis

I Vesterhavshallen. Der spilles hver mandag kl. 9.00-12.00 med en kaffepause, første gang 2. september. Der er masser af fordele ved bordtennis, når man er nået lidt op i årene. Du får trænet balancen, reaktionsevnen og styrket musklerne. Mange hævder, at netop bordtennis har en særlig gavnlig effekt på det mentale.

Kontingent halvårligt: 375 kr. for medlemmer. 400 kr. for ikke-medlemmer. Kaffe og brød: 35 kr. pr. gang. Online tilmelding og betaling på hjemmesiden senest den 2. september 2024.

For de ivrige er der mulighed for også at spille torsdage 10.15-12.15 mod en merpris på ca. 375 kr.

- **Kontakt:** Jørgen Bitsch Hansen · 20 23 67 11
jorgenbitschhansen@gmail.com

Stolegymnastik for kvinder og mænd

I samarbejde med Medborgerhuset, på adressen Herningvej 7A, Ringkøbing.

Hver tirsdag kl. 10.00-11.30. Start 3. september. Pris: 450 kr. for medlemmer. 475 kr. for ikke-medlemmer, halvårligt.

Online-tilmelding og betaling senest 1. september.

- **Kontakt:** Thilde Guldborg · 28 49 66 63
mellem kl. 17 og 18
thgul@webspeed.dk

Min **KØBMAND**

Mere lokalt bliver det ik'

Nyrenoveret butik i Velling
med god og personlig service
– og så er vi her næsten altid

Rydbjergvej 2a • Velling • Tlf.: 9732 1521
Mail: 0720771@minkobmand.dk

ÅBNINGSTIDER: Man-fredag: 7.30 - 18.00 | Lør-søndag: 8.00-18.00

Vareudbringning
i Velling, Ringkøbing
og omegn
flere gange ugentligt

Ring og bestil på:
9732 1521



Arrangementer

Fællesspisning kl. 12.00-15.00

Vi inviterer til socialt samvær i Medborgerhuset, Herningvej 7A i Ringkøbing.

Onsdag den 23. oktober 2024

Guleærter m/kartofler, medister og flæsk: Pris 175 kr.

Onsdag den 11. december 2024

Julefrokost-platte: Pris 175 kr.

Onsdag den 22. januar 2025

Varm ret med dessert: Pris: 175 kr.

Onsdag den 26. februar 2025

Varm ret med dessert: Pris: 175 kr.

Onsdag den 9. april 2025

Påskefrokost-platte: Pris: 175 kr.

Priserne er inkl. én genstand og kaffe.

Online tilmelding og betaling på hjemmesiden senest torsdag i ugen før.

Kontakt: Inge-Merethe Poulsen · 23 42 54 50
imp-kontorhjælp@mail.tele.dk

Alle er velkomne.

Medborgerhuset og Ældre Sagen

Sangcafé

Onsdage kl. 9.30-11.00

flg. datoer:

2. oktober, 6. november,
4. december 2024 og
5. februar, 5. marts
og 2. april 2025 i **Medborgerhuset,
Herningvej 7A, Ringkøbing.**

Program:

Kl. 09.30 til 10.05: Sange efter bestemte
temaer, digtere og komponister
Kl. 10.05 til 10.25: Kaffepause
Kl. 10.25 til 11.00: Ønskekoncert

Ved klaveret: Kaj Milter Jensen
Forsangere: Leif Kastner, Jens Ballegaard,
Jørgen Ørskov og Else Agerskov

Entré 70 kr. pr. gang inkl. kaffe m. brød.
Der er ingen tilmelding.

Kontakt: Leif Kastner · 23 83 42 90
leifkastner@outlook.dk

Alle er velkomne.

Ældre Sagen



Tilbud hos Hydro Autocenter til Ældre Sagen

- **30%** rabat på nye dæk
- **10%** rabat på fakturaen
- Hjulskifte inkl. opbevaring **kun 600,-**
- Vi er online med **alle** bilmærker

HYDRO AUTOCENTER ApS
Herningvej 82
6950 Ringkøbing
TLF 97320301



**Hydro
AutoCenter**

Ældre Sagen og Ringkøbing BIO

byder velkommen til en ny serie film i november 2024

Torsdag 7. november kl. 9.30:

»**Dag Hammarskjöld**«. *Svensk*
Den svenske film 'Hammarskjöld' er et politisk drama om den verdensberømte svenske diplomat Dag Hammarskjöld. Mikael Persbrandt, der bl.a. er kendt fra den Oscar-vindende danske film Hævnen, kan ses i rollen som Dag Hammarskjöld.

Torsdag 14. november kl. 9.30:

»**Fuld af Kærlighed**«. *Dansk*
Den danske film 'Fuld af kærlighed' er et drama om, hvad der på overfladen ligner en helt almindelig dansk familie.

Torsdag 21. november kl. 9.30:

»**One Life**«. *Engelsk*
Filmen 'One Life' er et historisk drama om den virkelige historie om Nicholas Winton, der reddede 669 børn fra nazisterne i månederne op til 2. verdenskrig.

Torsdag 28. november kl. 9.30:

»**Mørkeland**«. *Dansk*
Den politiske thriller 'Mørkeland' med bl.a. Anders W. Berthelsen er efterfølgeren til Kongekabale fra 2004 og er ligeledes baseret på en roman af Niels Krause-Kjær.

Efter hver film serveres sandwich og et glas øl/vand/vin, med mulighed for hyggeligt samvær. Herefter lægges op til diskussion om den viste film. Vi håber, publikum vil deltage aktivt.

Pris for biografbillet, sandwich og øl/vand/vin 140 kr.

Der udsendes Nyhedsbrev, når billetter kan bestilles/købes, ligesom det offentliggøres på hjemmesiden.

Der bliver ligeledes vist film torsdage i marts 2025, og program herfor planlægges i januar.

Billetbestilling/køb:
www.ringkobing-biograf.dk
eller **97 32 61 44** senest mandag i ugen, filmen vises, da vi skal bestille sandwich tirsdag morgen.

Bliver du forhindret, er afbestilling **MEGET VIGTIG** på tlf.: 97 32 61 44.
Har du spørgsmål, kontakt Hanne Lauritsen tlf.: 23 31 12 43.



Se information om de enkelte film på www.kino.dk

Søg på titlen, så kommer oplysninger frem om filmen.

Gratis advokatrådgivning

Den 1. tirsdag hver måned kl. 14.00-16.00

Advokat Andreas Leidesdorff og advokat Kim Stensgård fra ditAdvokathus byder velkommen til gratis rådgivning om følgende emner:

- **Fremtidsfuldmagt** – Hvem skal varetage dine interesser, hvis du ikke længere selv er i stand til det?
- **Testamente & arv** – Hvem skal arve dig, hvordan skal arven fordeles, og hvad siger arveloven?
- **Gaver** – Hvad er reglerne for at give dine arvinger skattefrie gaver som fx pengebeløb eller sommerhus?

- **Skilsmisse, ægtepagt og bodeling**
– Rådgivning og hjælp med ansøgning og økonomisk deling
- **Fast ejendom** – Køb, salg og overdragelse af fast ejendom

Sted:

ditAdvokathus
Vester Strandsbjerg 4A,
6950 Ringkøbing

Tilmelding:

Telefonisk
på 9732 0999



BREDT FUNDAMENT
VESTJYSKE VÆRDIER.

Ældre Sagens årsmøde

onsdag den 12. marts 2025 kl. 16.00
i Medborgerhuset,
Herningvej 7A, Ringkøbing

Dagsorden ifølge vedtægterne.

Tilmelding er nødvendig af hensyn til
brandmyndighederne.

Online tilmelding senest den 5. marts.

Nærmere information i nyhedsmail, Det Sker,
hjemmeside og annonce i ugeavisen.



Ringkjøbing
Landbobank

97 32 11 66 - landbobanken.dk

Læringsvenner

– et velfungerende samarbejde mellem Ældre Sagen og Alkjærskolen

Vi fortsætter med at være læringsven på Alkjærskolen. Hver frivillig læringsven er tilknyttet et eller to børn, som man er sammen med om at læse, spille spil, lave kreative ting eller samtale om det, der interesserer.

Der aftales forløb på otte uger ad gangen, men der er altid mulighed for at melde

afbud på grund af ferie eller lignende. Man kommer én eller to gange om ugen af en times varighed.

Prøv det – det er til stor gensidig glæde.

Kontakt: Inger Engholm Hjort

40 11 21 57

inger@hjort-thomsen.dk



Førstehjælpskursus

Hvornår: Onsdag den 23. oktober kl. 9.00-12.00

Sted: Sundhedshuset, Nørredige 28 A, kælderen, 6950 Ringkøbing

Målrettet: Seniorer

Hvor mange: 12. Underviser: Ancare

Pris: 350 kr. (inkl. kaffe med brød)

Online tilmelding og betaling på hjemmesiden senest 16. oktober

Kontakt: Lone Rabjerg 24 65 85 39 eller Lonerabjerg@gmail.com



Hee

FLYTTEFORRETNING & MØBELOPBEVARING

v/ Benny Siig

Tlf. 2046 4666

heeflyt@mail.dk · hee-flyt.dk

Møbelopbevaring i Hee, Tim og Ramme. Vi pakker også gerne for dig.

Åben datastue

Mandage kl. 9.30 – 11.30
Lukket ferie og helligdage.

Sted: Ældre Sagens lokaler i Sundhedshuset,
Indgang A, Nørredige 28, Ringkøbing

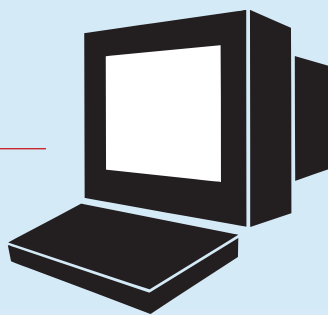
Hvis du har problemer med brugen af telefon/
tablet eller bærbar PC, så tag udstyret med i data-
stuen, så prøver vi at hjælpe.

Vi hjælper med alle de digitale løsninger, som
giver udfordringer, f.eks. tidsbestilling til blodprø-
vetagning, billetbestilling, MitID, Digitalpost, nyt
dankort som skal ændres hos MobilePay eller dit
teleselskab m.m.

Har du problemer med f.eks. printer, stationær
computer eller opkobling til internettet, er det
også muligt at få besøg i hjemmet.

Kontakt:

- Asger Smedegaard · 20 21 50 17
sonjaogasger@gmail.com
- Frank Henneberg · 29 80 30 42
frahnrkb@gmail.com



IT-undervisning

Sted: Sundhedshuset, Nørredige 28,
indgang A, Ringkøbing.

Der planlægges et undervisningsforløb efterår
2024 og tilsvarende et forløb forår 2025.

Den digitale arv
Tirsdag kl. 9.00 – 11.30

Lær om, hvad digital arv er, og hvordan du sikrer
dine efterladte adgang til det.

Windows 11
Onsdag kl. 9.00 – 11.30

Vi gennemgår diverse muligheder samt lidt om-
kring kunstig intelligens fra Microsoft Copilot

Streaming
Torsdag kl. 9.00 – 11.30

Se og hør hvad du vil – hvornår du vil.

Online-tilmelding og yderligere oplysninger
om de enkelte kurser på vor hjemmeside:
[www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/
ringkoebing-holmsland](http://www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/ringkoebing-holmsland)

Tilmelding til:

- Asger Smedegaard · 20 21 50 17
sonjaogasger@gmail.com

**Vi bakker op om
Ældre Sagen
Vi giver 15%
på dine nye briller**

Bestil tid til synsprøve på
tlf. 9732 0221 eller book tid
på kobborgoptik.dk

**KOBBØRG
OPTIK**

Havnepladsen 11 · 6950 Ringkøbing · 97 32 02 21 · kobborgoptik.dk

Influenza- vaccination 2024



26. september	10.00-12.00	Holmsland Idræts- og Kulturcenter	Bandsbyvej 2, Kloster
26. september	13.30-16.00	Fjordglimt Ældrecenter	Parallelvej 100, Hvide Sande
04. oktober	09.30-12.00	Medborgerhuset	Herningvej 7A, Ringkøbing
04. oktober	13.30-15.30	Tim Hallen	Åvænget 3, Tim
15. oktober	09.00-15.00	Medborgerhuset	Herningvej 7A, Ringkøbing
16. oktober	09.30-12.00	Smedenens Hus	Bredgade 77, Lem

Vaccinationen er en del af forskningsprojektet DANFLU, som undersøger, om en højdosis influenza-vaccine, kan føre til færre indlæggelser. Borgere der er fyldt 65 år kan deltage i forskningsprojektet.

1. For at blive vaccineret til vores arrangementer, skal man deltage i forskningsprojektet og være fyldt 65 år. På selve vaccinationsdagen vil deltagerne blive randomiseret til at modtage enten en højdosis eller standarddosis vaccine.
2. Hvis der er nogle borgere, der ikke ønsker at deltage i forskningsprojektet, men stadig vil vaccineres, må de afvente yderligere information fra sundhedsstyrelsen.
3. Der skal bestilles tid på <https://www.minvaccination.dk/forskningsprojekt/>. Tidsbestilling vil først være tilgængelig ca. midt august. Her vil e-boksbreve løbende blive sendt ud til alle borgere over 65 år. Man kan godt bestille tid, selvom man ikke har modtaget brev via e-boks. På hjemmesiden kan man ligeledes læse mere om projektet.
4. **Det vil være muligt at blive vaccineret mod Covid19 ved samme arrangement.**

Danske Lægers Vaccinationscenter og Ældre Sagen Ringkøbing-Holmsland



Aktivitetshuset Ringkøbing

– et tilbud til 60 + årige og førtidspensionister

Vi tilbyder bl.a. værksteder, motion, sundhedstilbud, fællesskab og samvær.

Læs mere på

aktivitetsomraadet.rksk.dk/ringkoebing



Følg os på Facebook, ring på telefon 99 74 21 00 eller kik forbi Holmelunden 10, Ringkøbing.

Program for torsdagsmøder 2025



Vi har planlagt en række spændende foredrag
i Aktivitetshuset Ringkøbing, Holmelunden 10, Ringkøbing

- Kl. 9.30 **Velkomst og sang**
- Kl. 9.45 **Foredrag**
- Kl. 10.45 **Kaffepause**
- Kl. 11.00 **Foredrag fortsætter
– spørgsmål og debat**
- Kl. 11.45 **Afslutning**

■ 9. JANUAR

Karen og Steen Hebsgaard var sidste år på interrail tur rundt i Europa

De vil fortælle og vise billeder fra turen, som var en anderledes måde at besøge andre lande på, med de udfordringer og oplevelser som de fik undervejs.

■ 16. JANUAR

Mors Rok Musik »Udlængsel og hjemve«

Peter Thomsen er spillemand, komponist og foredragsholder med forkærlighed for Jeppe Aakjær. Han spiller sammen med Barbera Tholozan. Hun er uddannet klassisk violinist, sanger og danser.

■ 23. JANUAR

Journalist Poul Husted »Fra Vestjylland til verdens brændpunkter«

I foredraget fortæller Poul Husted om nogle af sine oplevelser fra 12 år som journalist i udlandet, hvor han fx hilste på Nelson Mandela i Sydafrika og dækkede overgangen fra apartheid til flertalsstyre. Da prinsesse Diana blev dræbt ved en bilulykke i Paris, boede Poul Husted i London og oplevede millioner sørge over tabet af Englands rose. Den 11. september 2001 er printet for evigt hos Poul Husted, som stod ved World Trade Center i New York, da tårn nummer to styrtede sammen.

■ 30. JANUAR

Journalist Dagmar Helle Brandstrup: »Hvor heldig kan man være - om mennesker der tager livet på sig«

For Peter Plys var det allerbedste øjeblik, øjeblikket lige før han satte labben i honningkrukken. For Dagmar Brandstrup har mødet med engagerede,

»skæve« mennesker med kant været fantastiske øjeblikke. I foredraget fortælles bl.a. om Hans og Edith på Albuen i Nakskov Fjord, om Krudt Peter i Thy og om murersønnen Finn Lynggaard fra Skive. Forskellige af sind, men hver for sig humorfyldte mennesker af en helt særlig beskaffenhed.

■ 6. FEBRUAR

Bibliotekar Margit Lindesø fortæller ukendte eventyr og historier af H.C. Andersen

■ 13. FEBRUAR

Poul Høi »USA og amerikanere«

Poul Høi er journalist ved Berlinske Tiende og har boet 20 år i USA. Han vil forsøge at forklare, hvad der sker i USA og om den dybe kløft, der er mellem republikanerne og demokraterne.

■ 20. FEBRUAR

Herdis Hansen Hospicechef på Anker Fjord

Et sted, hvor der ydes aktiv livshjælp til døende og deres pårørende. Visitationskriterier, dagligdagen m.m. Et sted, hvor der er fokus på livet. Herdis Hansen er også medlem af etisk råd, som hun også vil fortælle om.

■ 27. FEBRUAR

Fjordhusene
Vi besøger Fjordhusene i Ringkøbing – det tidligere børnehjem Schubertsminde – hvor lederen, Anders Fløjborg, vil fortælle om stedet.

Pris: Pr. gang 80 kr. (inkl. kaffe og brød).
Virksomhedsbesøg undtaget.

**Online tilmelding og betaling på hjemmesiden
senest mandag forud for mødet.**

Kontakt mellem 16.00 og 18.00:

Niels Plougsgaard · 23 23 97 86 · Pia.niels@mail.dk
Thilde Guldberg · 28 49 66 63 · thgul@webspeed.dk
Lis Gohr · 24 21 13 15 · lisgohr@gmail.com

Se mere om foredragene på:

www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/ringkoebing-holmsland

Ældre Sagen

Lokalbestyrelsen Ringkøbing-Holmsland

Inger Engholm Hjort

Formand

Marksallet 17, 6950 Ringkøbing
40 11 21 57 · Inger@hjort-thomsen.dk
fm.ringkoebing-holmsland.667@
aeldresagen.dk



Jens Ahle

Jagtvej 4
6950 Ringkøbing
61 67 98 94
ahlejens@gmail.com



Lone Rabjerg Lauritsen

Næstformand

Stenshøj 9, 6950 Ringkøbing
24 65 85 39
lonerabjerg@gmail.com



Asger Smedegaard

Poulsgaardsvej 17
6950 Ringkøbing
20 21 50 17
sonjaogasger@gmail.com



Inge-Merethe Poulsen

Kasserer

Mejlbo 15, 6950 Ringkøbing
23 42 54 50
imp-kontorhjaelp@mail.tele.dk
ks.ringkoebing-holmsland.667@
aeldresagen.dk



Thilde Guldberg

1. suppleant
Beddingen 15 st.tv.
6950 Ringkøbing
28 49 66 63
thgul@webspeed.dk



Jørgen Bitsch Hansen

Sekretær

Lindevej 13, 6950 Ringkøbing
20 23 67 11
jorgenbitschhansen@gmail.com



Niels Plougsgaard

2. suppleant
Meldskiftet 6, 6950 Ringkøbing
23 23 97 86
pia.niels@mail.dk



Lis Gohr

Kappelhøj 5
6950 Ringkøbing
24 21 13 15
lisgohr@gmail.com



Hjemmeside:

www.aeldresagen.dk/
[lokalafdelinger/ringkoebing-holmsland](http://www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/ringkoebing-holmsland)

webmaster: **Henning Kirk**

25 21 01 29

markledet38@yahoo.dk

Ældre Sagens Sekretariatet

www.aeldresagen.dk

Snorresgade 17-19, 2300 København S

33 96 86 86 · aeldresagen@aeldresagen.dk

Ældre Sagens kontor og undervisningslokale

Sundhedshuset, Indgang A,
Nørredige 28, Ringkøbing

Koordinationsudvalget

- Formand **Tage Jensen**, Videbæk
- Næstformand **Svend Erik Pedersen**, Skjern-Tarm
- Sekretær **Karen Marie Friis Kjærgaard**, Skjern-Tarm
- **Inger Engholm Hjort**, Ringkøbing-Holmsland
- **Lone Rabjerg Lauritsen**, Ringkøbing-Holmsland
- **Mona Jørgensen**, Videbæk

Julerejse 2024 28.-29. november



Tag med på en dejlig julerejse til Tyskland – vi besøger julemarkeder i Husum og Heide og overnatter på et godt hotel.
Endeligt program og pris senere.

Medborgerhuset &
Ældre Sagen Ringkøbing Holmsland

Tilmelding og program:

Inge-Merethe Poulsen, 23 42 54 50
imp-kontorhjaelp@mail.tele.dk

Tekn. arr. Amalie Rejser RG 1398

Sommertur

Følg med på
hjemmesiden



Ældre  Sagen
RINGKØBING-HOLMSLAND

Sorggruppe – at bære sorgen sammen

Forventet opstart: 28. august

Hvor mange: Min. 6 deltagere

Hvor: Medborgerhuset, Herningvej 7A, 6950 Ringkøbing

Hvor længe: 10 gange a 2 timer kl. 15.30-17.30
dog første gang 2 ½ time. Planen udleveres første gang.

Hvem leder gruppen og tilmelding til:

Karen Markussen · 26 35 15 60, mail: karen_markussen@hotmail.com

**Pris: 350 kr. som dækker forplejning i perioden
i form af kaffe/te/vand og kage eller frugt**

Arrangør:



Ældre  Sagen
RINGKØBING-HOLMSLAND

*En sorggruppe er for dig,
som har mistet
et menneske,
som du holder af.
Tabet kan være for nyligt
eller længe siden.
Sorggruppen er et tilbud
for voksne.*

Maler Birgit Møller