

Ældre Sagen

Kolding 2026



Program for 2. halvår 2026

Arrangementer, Aktiviteter og Ture

Praktiske oplysninger

Her kan du danne dig et overblik over Ældre Sagens aktiviteter, arrangementer og ture. Du kan også se det hele på www.aeldresagen.dk/kolding

Tilmelding og betaling:

Hvor ikke andet er nævnt, skal du tilmelde dig og betale til arrangementer og ture på hjemmesiden.

Har du ikke mulighed for at bestille på hjemmesiden så ring til: Bente Fossø, tlf. 61 29 60 45, mandag og tirsdag fra kl. 10-12 eller mail: fossø2026@gmail.com

Banko: Kirsten Bøgelund, tlf. 61 29 60 45, torsdag og fredag kl. 10-12 eller mail: kibe@boegelund.info

Ved arrangementer kan også benyttes MobilePay 735332.

Bemærk venligst, at alle tilmeldinger til arrangementer, ture og rejser er bindende. OBS: Overhold venligst slut-tilmeldings-fristen!

Udeblivelse/afbud vil medføre opkrævning af det skyldige beløb. Evt. indbetalte beløb til ture mv. tilbagebetales ikke.

I løbet af efteråret kan der komme flere arrangementer, som i skrivende stund ikke er programsatte. Følg os via Nyhedsbreve, på Facebook og på Hjemmesiden, hvor du kan tilmelde dig Nyhedsbreve.

Der tages forbehold for evt. ændringer og fejl i programmet.



Ældre Sagen Kolding

har hjemsted i egne lokaler:

Sct. Jørgens Gård, Hospitalsgade 4, Kolding

Parkering: Hospitalsgade 4 eller Vifdam.

Programmet er redigeret af Lisa Hvidtfeldt Oróstegui

Socialhumanitært arbejde i Ældre Sagen

Mangler du hjælp til en af nedennævnte funktioner så kontakt den aktuelle kontaktperson...

- ♦ **Aflastning for pårørende til personer med demens:**
Ulla Sørensen, tlf. 21 80 76 30
- ♦ **Besøgstjenesten Kolding:**
Tlf. 61 29 28 06
- ♦ **Besøgstjenesten med hunde:**
Tlf. 61 29 06 57
- ♦ **Bisidder:**
Dan Christiansen, tlf. 29 24 60 54
Iver Pedersen, tlf. 29 44 69 53
- ♦ **Drømmeløber:**
Annette Fossø,
Tlf. 20 11 71 96
- ♦ **Hjælpende Hænder:**
Torben Fossø,
Tlf. 21 16 12 01
- ♦ **Tilbud om sorg-
og samtalebesøg:**
Tlf. 61 29 25 06
- ♦ **Tryghedskald:**
Anne Kok,
Tlf. 30 24 21 56
Helle Eliassen,
Tlf. 30 22 65 69
- ♦ **Vågetjeneste:**
Tlf. 61 29 06 68



Faste arrangementer 2. halvår 2026

Bankospil

OK-Klubbens lokaler
Ålegården 3



Vi spiller følgende onsdage kl. 13.30-16.30.

30. september Tilmelding 3. - 18. september
28. oktober Tilmelding 1. - 23. oktober
25. november Tilmelding 5. - 20. november

Alle medlemmer er velkomne og gevinster på stribe venter på dig.

Pris 100 kr. inkl. kaffe/te og brød samt 2 plader.
Ekstra plader og lotteri kan købes ved indgangen.
Bankospillet er kun for medlemmer.

Spis sammen

Sct. Jørgens Gård,
Hospitalsgade 4



Onsdage i lige uger kl. 10.00-14.00.

Kom og spis en dejlig middag og hyg dig med andre. Både medlemmer og ikke medlemmer er velkomne.

Vi spiser kl. 12.00. Se menuen på hjemmesiden.

Tilmelding: Bodil Lyngsøe, tlf. 30 22 34 68.

Senest mandag kl. 12 før arrangementet.

Pris: 65 kr. Klippekort: 10 måltider 500 kr.

Betales ved indgangen.

Netværkscafé

Kongsbjerghjemmet,
Lunderskov

Hver onsdag kl. 10.00-13.00.

Hvorfor mure sig inde, når man kan more sig ude?
Mød andre, der hygger sig med spil, socialt samvær, udflugter m.m.

Ingen tilmelding mød bare op. Gratis.

Kontaktperson: Sonja Kruse, tlf. 23 30 45 19.

Søndagscafé

Sct. Jørgens Gård,
Hospitalsgade 4



Vi mødes følgende søndage:

16. august, 20. september, 18. oktober,
15. november og 13. december kl. 14 - ca. 16.30.

Kig ind, vi har kaffe/te og kage klar. 30 kr.

Ingen tilmelding. Betaling: Kontant på dagen eller
MobilePay 735 332.

Kontaktperson: Ulla Sørensen, tlf. 21 80 76 30.

Arrangementer 2. halvår 2026

August og september

Herreværelset Midtgården, Rød Sal Nicolaiplads 10  KUN FOR MÆND!	Tirsdagene 25. august, 29. september, 27. oktober og 24. november kl. 12.30-15.30. Prisen for deltagelse er 100 kr. inkl. 2 stk. smørrebrød, en snaps, en øl/vand, kaffe og småkager. Tilmelding senest torsdagen før. Se hjemmesiden for foredragsholdere. Kontakt: Søren Johansen, tlf. 40 92 49.94.
Datasvindel Sct. Jørgens Gård, Hospitalsgade 4 	Onsdag 26. august kl. 14.00-16.00. Stop svindlerne - lær at spotte faresignalerne! Sydbanks eksperter tager dig igennem emner som digitalt selvforsvar, svindel ved onlineshopping, investerings- og kærlighedssvindler! Lær, hvad du kan gøre, så du undgår at blive snydt. Vi byder på kaffe, te og kage. GRATIS. Tilmelding fra 27. juli og senest 18. august.
Musikaften Seniorhuset, Skolevej 8, 6070 Christiansfeld 	Torsdag 3. september kl. 14.00-16.00. Den kendte sanggruppe Solong fra Kolding underholder med nye og gamle sange. Kom og få en eftermiddag, hvor der også vil være fællessang. Medlemspris: 75 kr., ikke medlemmer 100 kr. inkl. kaffe/te og brød. Ingen tilmelding. Kontaktperson: Susanne Sandholm, tlf. 22 26 14 62.
Peter Q. Geisling Midtgården, rød sal Nicolai Plads 10 	Onsdag 16. september kl. 14.00-16.00. Tv-lægen. Serviceeftersyn af livet. En underholdende og inspirerende eftermiddag venter os. Efter foredraget er der mulighed for at stille spørgsmål. Derefter serveres vand i kander. Medlemspris: 175 kr., ikke-medlemmer 200 kr. Tilmelding fra 27. juli og senest 8. september.

September og oktober 2026

Café og Bio Nicolai Café og Bio Skolegade 2A KUN FOR KVINDER! 	Tirsdagene 29. september, 27. oktober og 24. november kl. 12.30 til ca. kl. 16.00. Vi mødes til frokost, og derefter ser vi film. Se hjemmesiden for hvilke film, der vises. Pris: 165 kr. for bio, 2 snitter og en genstand. Kontakt: Bente Fossø, tlf. 61 29 60 45.
H. Mindstrup Seniorhuset Skolevej 8, Christiansfeld	Torsdag 1. oktober kl. 14.00-16.00. Heine Mindstrup underholder med musik fra 50'erne og 60'erne. Medlemspris: 75 kr., ikke medlemmer 100 kr. inkl. kaffe/te og kage. Ingen tilmelding. Susanne Sandholm, tlf. 22 26 14 62.
Søndagscafé Seniorhuset, Skolevej 8 6070 Christiansfeld	Søndag 4. oktober kl. 14.00-16.00. Kom til en hyggelig eftermiddag med sang, kaffe og kage. Sjove indslag, historier osv. Fra Christiansfeld modtages gerne. Alle er velkomne. Pris: 30 kr. Ingen tilmelding - mød blot op! Susanne Sandholm, tlf. 22 26 14 62.
Infomøde: Mobiltelefon-, tablet- og AI-kurser/gratis I samarbejde med AOF og Ældre Sagen Kolding. INFOMØDE torsdag 17. september kl. 10-12, Sct. Jørgens Gård: Tablet-/mobilkursus: Nye deltagere og fortsættere/tidligere deltagere. Engelsk: Let øvet og fortsætter: 12 lektioner á 3 timer. Start torsdag 3. september og slut 26. november kl. 9.00-12.00. Tablet- og mobilkursus for nye og tidligere deltagere: Start torsdag 22. oktober, slut torsdag 10. december. Nye deltagere: Kl. 9.00-12.00. Fortsættere/tidligere deltagere: Kl. 12.30-15.30. AI-kursus strækker sig over 2 gange á 3 timer: Torsdag 1. og 8. oktober. Hold 1 kl. 9-12. Hold 2 kl. 12.30-15.30. KUN FOR MEDLEMMER! GRATIS. Britta Vibe Roschmann, tlf. 24 63 83 53, hverdage kl. 8-9.	

Oktober 2026

Seniorfestival KUC, Ågade 27



Seniorfestival
Forum Kolding
Bramdrupskovvej
110

Tirsdag 20. oktober kl. 16.00-20.00.

Ældrerådet, Kolding Kommune, OK-Klubben, Floraklubben og Ældre Sagen Kolding inviterer til en spændende eftermiddag med temaet:

STYRK LIVET

Fredag 30. oktober kl. 9.30-14.30.

Tema: SLIP LIVET LØS

Tilmelding starter 1. september
senioraktiviteter.kolding.dk/seniorfestival

Færdsels-orientering Køreteknisk Anlæg, Vranderupvej 15, Kolding



Onsdag 21. oktober kl. 14.00-16.00.

Genopfrisk din færdselsteori!

Vi gentager succesen fra tidligere.

Nye regler, ændrede skilte og tættere trafik er kendsgerninger, der kan give mange - og måske særligt ældre bilister - en vis utryghed. Det giver større tryghed, at din viden og færdigheder er opdaterede, og du bliver en bedre bilist!

En kørelærer fra Lisbeths Køreskole vil hjælpe dig med at genopfriske din teoriundervisning.

Pris 50 kr. inkl. kaffe, te og kage.

Tilmelding senest 13. oktober.

40-års jubilæum Ældre Sagen

Sydbank Arena
Ambolten 2, Kolding

**KUN FOR
MEDLEMMER...**

Ældre Sagen

Onsdag 4. november kl. 17.00-23.00.

Ældre Sagen i Danmark bliver 40 år, og dette skal fejres med en Jubilæumsfest. Vi starter med en 3 retters festmenu. Under middagen og dansen vil Klaus og Servants underholde med deres orkester.

Pris: 395 kr. inkl. middag, en genstand og kaffe. Derudover kan der tilkøbes drikkevarer.

Tilmelding fra 27. juli og senest 27. oktober.

November og december 2026

Troels Christensen Seniorhuset, Skolevej 6, Christiansfeld



Torsdag 5. november kl. 19.00-21.00.

Musikalsk aften: Troels synger Kandis.

Hører I også til dem, der godt kan lide Kandis' største hits?

Kom og vær med til en hyggelig aften i musikens tegn.

Medlemspris: 75 kr., ikke medlemmer: 100 kr. inkl. kaffe, te og kage.

Ingen tilmelding.

Kontaktperson:
Susanne Sandholm, tlf. 22 26 14 62.

Folk Lovers Sct. Jørgens Gård Hospitalsgade 4



Onsdag 11. november kl. 14.00-16.00

Folk Lovers er en duo, som består af Hanne og Niels-Jørgen Hvidberg.

Folk Lovers er altid garant for en god oplevelse og god stemning.

Motto: Sandheden må aldrig stå i vejen for en god historie.

Medlemspris: 100 kr., ikke medlemmer: 125 kr.

Inkl. kaffe, te og kage.

Tilmelding senest 3. november.

Jule- arrangement for alle OK-Klubbens lokaler Ålegården 3



Onsdag 9. december kl. 14.00-16.00

Maren Frost Nielsen underholder med julesange og fællessang.

Der trækkes gevinster på indgangsnumrene.

Kom og få en hyggelig eftermiddag.

Vi serverer gløgg/kaffe/te og æbleskiver.

Medlemspris: 100 kr., ikke medlemmer: 125 kr.

Tilmelding fra 27. juli og senest 1. december.

December 2026

Julehygge Seniorhuset Skolevej 8 Christiansfeld



Torsdag 10. december kl. 14.00-16.00.
Vi hygger os med æbleskiver, gløgg, kaffe og julesange.
Der serveres 4 æbleskiver pr. person.
Små gevinster bliver trukket på indgangs-billetterne.

Pris pr. person: 50 kr.
Kontaktperson:
Susanne Sandholm, tlf. 22 26 14 62.

Heldagsudflugter 2026

Livø Vitskøl Kloster



Tirsdag 18. august kl. 8.00-ca. 20.00.
Mødested: Kolding Busterminal, Mazantigade 12 kl. 8.00. Forventet hjemkomst kl. 20.00.
Rundstykker og kaffe i bussen. **Vitskøl Kloster:** Historisk rundvisning. **Trend Kro:** Frokost, drikkevarer for egen regning. **Rønbjerg:** Færge til **Livø:** Guidet gåtur ved naturvejleder Bente Qvist Kjærgaard. Varighed ca. 1,5-2 timer.
Afgang med færgen fra Livø kl. 17.00.
På hjemturen serveres der kaffe og wienerbrød.
Tilmelding senest 26. juli. Pris pr. person: 710 kr.
Kontaktperson: Gitte Postma, tlf. 30 11 51 68.

Juletur til Lübeck Nordens juleby



HUSK PAS!

Mandag 7. december kl. 8.00-ca. 20.00.
Mødested:
Kolding Busterminal, Mazantigade 12 kl. 8.00.
Forventet hjemkomst kl. 20.00.
På busturen nyder vi kaffe og rundstykker.
Vi ankommer til Lübeck ca. kl. 11.30. Fire timer på egen hånd til at besigtige julemarkedet og evt. få lidt frokost (for egen regning) Kl. 15.30 kører vi retur. Vi tager et stop på max. 1 time hos Fleggaard i Harrislee.
I bussen på vej hjem serveres der sandwich.

Tilmelding fra 27. juli og senest 15. november.
Pris pr. person: 370 kr.
Kontaktperson: Gitte Postma, tlf. 30 11 51 68.

Ældre Sagens samarbejdspartnere

LOOP Fitness Kolding, Albuen 5, Kolding

LOOP Fitness og Ældre Sagen Kolding vil gerne sætte fokus på vigtigheden af at være fysisk aktiv - også når man kommer op i årene.
Mange af vores ældre medlemmer nyder ikke blot deres træning, men også samværet med andre over en kop kaffe efter træning.
Ældre Sagens medlemmer, som er fyldt 50 år, får 15% rabat, når de træner i Loop Fitness.

Kontantperson: Centerleder Tanja Marek, tlf. 41 74 62 67.

KFUM Senioridræt, Peter Tofts Vej 21, Kolding

Ældre Sagen Kolding arbejder sammen med KFUM Senioridræt.
KFUM Senioridræt har gang i mange forskellige aktiviteter - alle foregår i eller ved Pulzion. **Kontaktperson Jørgen Roed, tlf. 28 69 82 87.**
Se hjemmesiden for diverse aktiviteter: www.kfumsenioridraet.dk

Kolding Egnsteater, Fredericiagade 1, Kolding

Ældre Sagens medlemmer får 20% rabat på alle billetter. Gælder dog ikke på tilkøb af mad, revybilletter eller årskort.
Når du køber din billet på Kolding Egnsteaters hjemmeside www.kolding-egnsteater.dk beder vi dig taste nedenstående kode: **aeldresagen202223**. Husk at vise medlemskort ved indgangen.

Kolding Jazzklub (afholder koncerter på Godset, Jens Holmsvej 5)

Ældre Sagen Kolding har indgået samarbejdsaftale med Kolding Jazzklub, så Ældre Sagens medlemmer kan købe billet til Kolding Jazzklubs koncerter til 135 kr. pr. person + gebyr 10 kr. pr. bestilling - uanset antal billetter.
Normalprisen er 160 kr. + gebyr 10 kr.
Der er mulighed for at købe billetter inkl. 2 stk. uspecificeret smørrebrød til 195 kr. + gebyr på 10 kr. Billetter med smørrebrød skal bestilles inden kl. 12 fredagen før koncerten.
Køb af billetter og evt. medlemskab sker via Kolding Jazzklubs hjemmeside: www.kolding-jazzklub.dk
Her finder du ligeledes information om klubben, aktiviteter og meget mere. Fik du ikke købt billet til koncerten via Kolding Jazzklubs hjemmeside, er der mulighed for at købe billet ved indgangen. Prisen er stadig 135 kr. pr. billet. Du skal medbringe dit medlemskort til Ældre Sagen for at få din rabat.

Ældre Sagens samarbejdspartnere

Folkedans for alle, Bjert Stenderup Folkedansere

Sdr. Bjert Centralskole, Englykke 5, 6090 Bjert

Ældre Sagen Kolding har indledt et samarbejde med Bjert Stenderup Folkedansere, som inviterer Ældre Sagens medlemmer til hyggeligt samvær og glad dans på Bjert Skole hver mandag fra kl. 19.30-21.30. Opstart 7. september, slut 22. marts 2027.

Du er velkommen alene eller tag mand, kone, kæreste eller nabo med. Vores instruktør er: Anne Iben Haugsted. Årligt kontingent 400 kr.

Christian Jensen, tlf. 52 80 92 70, mail: chr.jensen25@outlook.dk

Padeltennis Forum Kolding

Bramdrupskovvej 110, Kolding

Ældre Sagen Kolding har indgået samarbejde med Forum Kolding vedrørende padeltennis på deres 2 udendørsbaner. Ældre Sagens medlemmer kan leje baner og udstyr til fordelagtig pris. Bestil baner direkte hos Forum Kolding eller download app'en MATCHi, som kan hentes hos App Store eller Google Play. Derefter kan du reservere baner fra mobilen.

Se vor hjemmeside: www.aeldresagen.dk/kolding

PUREGYM, Agtrupvej 51

Ældre Sagens medlemmer tilbydes bl.a. **20% rabat på medlemskab** og prøvetræning i 3 mdr. Alle Ældre Sagens medlemmer er altid velkomne til en uforpligtende snak. Agtrupvej: Torsdage kl. 10.30.

Se mere på hjemmesiden:

www.puregym.dk/find-center/kolding-agtrupvej

Kulturskolen, Riis Toft 12A

Ældre Sagen Kolding samarbejder med Kulturskolen, som etableredes i 2020 og består af de gamle institutioner *Billedskolen Nicolai* og *Kolding Musikskole*.

Kontaktperson: Kulturskolechef Jens Bloch, tlf. 79 79 10 40, mail: jeb1@kolding.dk - www.kulturskolenkolding.dk

**Tilmelding til
ARRANGEMENTER**



(Scan QR kode)

**Tilmelding til
NYHEDSBREVE**



Faste aktiviteter 2026

Ugedage	Aktivitet	Tilmelding
Mandage Onsdage	Petanque: Kl. 14.00-16.00. Seest Boldklub, Holbergsvej 50	Karen M. Nielsen Tlf. 30 22 06 77
Mandage Onsdage	Åben datastue: Mandag kl. 13-15. Onsdag kl. 10-12. Sct. Jørgens Gård	Britta Vibe Roschmann Tlf. 24 63 83 53, kl.8-9
Mandage Lige uger	Forskellige former for spil: Kl. 14-16. Sct. Jørgens Gård. Gratis.	Birthe Sletting Tlf. 22 52 58 66
Mandage	Gåture: Kl. 10.00-12.00. Mødested: Sct. Jørgens Gård	Jørn Høgh Nielsen Tlf. 28 19 33 24
Mandage	Bjert Stenderup Folkedansere, Sdr. Bjert Centralskole, Englykke 6, Bjert: Kl. 19.30-21.30. Start 7. september.	Christian Jensen Tlf. 52 80 92 70 chr.jensen25@outlook.dk
Tirsdage	Bowling: Team tirsdag. Kl. 14.00-15.30. Kolding Bowlinghal, Ambolten 2-4. Pris pr. måned: 200 kr. inkl. leje af sko.	Bent Christensen Tlf. 29 93 12 56
Tirsdage	Højtlesning for mænd 60+: Kl. 10.00-12.00. Sct. Jørgens Gård.	Per Johannsen ykpjoh@gmail.com
Onsdage Ulige uger	Madlavning for enlige mænd 60+: Kl. 16-19. Brændkjærskolens skolekøkken. Pris 75 kr.	Birgith Knudsen Tlf. 30 42 57 35
Onsdage	Træværkstedet: Kl. 9.00-11.30. Olivenhaven Plejecenter, Munkevænget 10.	Bjarne Juul Tlf. 42 66 19 40
Tirsdage Torsdage	Vandgymnastik/SlotssøBadet, Kolding: Tirsdag kl. 10.30-11.15 og 11.30-12.15. Torsdag kl. 9.30-10.15 og kl. 10.30-11.15. Pris: 400 kr. 12 gange. Tilmelding nødvendig. KongeåBadet, Vamdrup: Tirsdag og torsdag kl. 11.00-12.00. Pris: 250 kr. for 12 gange.	Hanne Madsen Tlf. 30 70 49 80
Torsdage	Bowling: Team torsdag. Kl. 13.30-15.00 Pris pr. måned: 200 kr. inkl. leje af sko.	Jens Aage Berg Tlf. 25 33 54 86
Torsdage	It- og engelsk-kurser: Se side 6. Sct. Jørgens Gård, Hospitalsgade 4. GRATIS. Tilmelding nødvendig. Kun for medlemmer.	Britta Vibe Roschmann Tlf. 24 63 83 53 Hverdag kl. 8-9
Månedligt Mandage	Læsegrupper: Vi har to læsegrupper. Sct. Jørgens Gård kl. 10-12 og kl. 13-15.	Inger Poulsen Tlf. 24 84 94 44