



Kom og spil **BOWLS**

I Det Aktive Center A-Huset

Kan du lide at bowle og spille Petanque?
Så vil du helt sikkert også synes om dette spil.

Vi spiller hver **MANDAG** fra kl.15.30-17.
i Aktivitetshusets cafe.
Nytorgv 14, Tølløse.

Tilbuddet er for alle seniorer, kom og vær med.

Venlig Hilsen

Marianne Bundgaard
(Aktiv. Medarb. på Aktiv Centre) Tlf.72362366.



Nyt fra Aktivitetshuset

NYTORV 14, 4340 TØLLØSE Tlf. 7236 5327

www.aktivitetshuset-tollose.dk

Aktiviteter for alle

JUNI 2016

AKTIVITETSKALENDER JUNI

Dato	Kl.	Arrangementer
Onsdag 1.	10.00-14.30	Kniple og nørkle café
Torsdag 2.	10.00-12.00 12.00-16.00 13.30-14.30	Brugerrådsmøde Kreativt værksted Gymnastik v/Dagny
Fredag 3.	09.00-10.00	KOL hold
Lørdag 4.		
Søndag 5.		
Mandag 6.	10.00-15.00 10.00-11.00	Kniple og nørkle Café Boldkasino v/Johannes
Tirsdag 7.	13.30-14.30	Gymnastik v/Dagny
Onsdag 8.	10.00-14:30	Kniple og nørkle café
Torsdag 9.	12.00-16.00 13.30-14.30	Kreativt værksted Gymnastik v/Dagny
Fredag 10.	09.00-10.00 11.00-16.00	KOL hold Yngre Pensionister
Lørdag 11.		
Søndag 12.		
Mandag 13.	10.00-15.00 10.00-11.00	Kniple og nørkle café Boldkasino v/Johannes
Tirsdag 14.	13.30-14.30	Gymnastik v/Dagny
Onsdag 15.	10.00-14:30	Kniple og nørkle café
Torsdag 16.	12.00-16.00 13.30-14.30 11.30-	Kreativt værksted Gymnastik v/Dagny Sommerfest
Fredag 17.	09.00-10.00	KOL hold
Lørdag 18.		
Søndag 19.		



Tur med blå bus den 2. og 3. maj.

Mandag d. 2. maj startede bussen med 5 visiterede borgere.

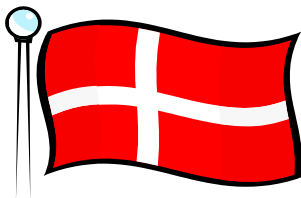
Vi kørte til Herresturp mod Oustrup, gennem Grevinge Skov, langs sydsiden på Siddinge fjord op til Siddinge dæmning. Gennem Egebjerg til Kildehusene, hvor vi havde drikke pause med udsigt over Isefjorden.

Derefter forbi Anneberg gods og glas museum til Rørvig. En lille rundtur forbi Rørvig Kirke, op til Korshave med udsigt over Kattegat. Frokosten spiste vi på Rørvig Fisk.

Retur via Klint til Lumsås med ophold ved Lårbakken med udsigt over Sejerøbugten. Derefter til Høve Stræde, Veddinge Bakker, TV tårnet ved Skamlebæk med udsigt over Sejerø bugten, Ordrup Næs, Sjællands Odde og hjem.

Tirsdag den 3. maj samme tur, men først TV tårnet, gennem Asnæs til Grevinge Skov. Her blev vi afbrudt, da vi skulle finde et handicap toilet, så vi kørte direkte til Rørvig Havn. Hvor vi spiste frokost. Derefter gennem Korshage og hjem.

Niels Sørensen



”Den store ældrefest” Valdemarsdag 2016

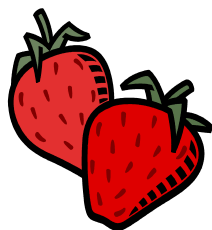
Onsdag d. 15. juni 2016 fejrer vi Valdemarsdag i Holbæk kommunes caféer.

Traditionen tro serverer vi:

Stegt paneret flæsk med persillesauce, gulerødder og nye danske kartofler

samt

Jordbær med fløde



Dato	Kl.	Arrangementer
Mandag 20.	10.00-15.00 10.00-11.00	Kniple og nørkle café Boldkasino v/Johannes
Tirsdag 21.	13.30-14.30	Gymnastik v/Dagny
Onsdag 22.	10.00-14:30	Kniple og nørkle café
Torsdag 23.	12.00-16.00 13.30-14.30	Kreativt værksted Gymnastik v/Dagny
Fredag 24.	09.00-10.00 11.00-16.00	KOL hold Yngre pensionister
Lørdag 25.		
Søndag 26.		
Mandag 27.	10.00-15.00 10.00-11.00	Kniple og nørkle café Boldkasino v/Johannes
Tirsdag 28.	13.30-14.30 14.00-16.00	Gymnastik v/Dagny Ældre Sagens Demens Café
Onsdag 29.	10.00-14:30	Kniple og nørkle café
Torsdag 30.	12.00-16.00 13.30-14.30	Kreativt værksted Gymnastik v/Dagny

Hvad er Valdemarsdagen

Den 15. juni er det **valdemarsdag**. Det var på denne dag i 1219, at Dannebrog ifølge myten faldt ned fra himlen i Estland, hvor den danske konge Valdemar Sejr kæmpede mod esterne i slaget ved Lyndanisse.

Dagen bliver fejret af Danmarks-Samfundet, som sælger små dannebrogsglag til at finansiere flaggaver, faner som uddeles til forskellige foreninger. Indtil 1948 var dagen skolefridag.

Det er samtidig mindededag for Genforeningen den 15. juni 1920, hvor den formelle overdragelse af Nordslesvig til Danmark fandt sted efter en folkeafstemning i hele Slesvig. Den symbolske indlemmelse med Christian 10.s ridt over grænsen foregik den 10. juli 1920.

Se side 14 i bladet.

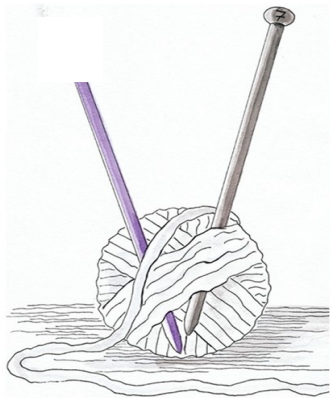
Vi holder IKKE sommerferie

Kreativklubben holder ikke sommerferie, vi er her hele sommeren, på torsdage mellem kl. 13 og kl. 16.

Kig ind og se hvad vi laver.
Vi har spændende ting til salg.

Hvis du har lyst til at være kreativ sammen med os, er du velkommen.

Med venlig hilsen
og god sommer Kreativklubben



Sommerfest

Brugerrådet indbyder til sommerfest, torsdag den 16. juni, kl.11.30-15.00.

Pris: kr.125,- for mad, drikkeelse og underholdning.

Tilmelding og betaling, som er bindende er i dagene:

6.+7.+8. og 9. juni mellem kl. 9.30 og 12.30.

Festen er for alle brugere af huset.

**God sommer
Brugerrådet**

Betaling:

Man kan i alle centre vælge at betale kontant eller at blive trukket en gang om måneden over pensionen.

Bemærk: Menu 2 (hovedret og bired) betales ved bestilling.
Smørrebrød og lagkage betales ved bestilling.

Jul og påske m.v.:

Ved højtider og i andre anliggender, vil brugerrådene ved Dagcentre og Aktive Centre ind imellem afholde arrangementer med spisning. Her kan prisen være lidt højere, og der vil være tilmelding.

Bestillingsfrister:

Smørrebrød kan bestilles eller afbestilles minimum 5 dage før. Menu 2 bestilles eller afbestilles minimum 14 dage før. Speciel kost afbestilles senest 2 dage før levering.

Månedlige menuplaner:

I starten af hver måned kan man i alle cafeer se den nye menuplan med en oversigt over alle månedens tilbud.

Personlig betjening:

I cafeernes åbningstid (11.30-12.30) står der husassistenter, som sælger maden og tager mod bestillinger og afbestillinger.

H ø r e o m s o r g

Tlf. tid torsdag kl 8:30 til 9:00.

Tlf. 72 36 53 38 v/hørevejleder Bente Grüner. Mail: begr@holb.dk. Træffetid kl. 9.00-10.30.

Følgende steder:

<u>Maj:</u>	12/5 26/5	Byparken 2, 4520 Svinninge. Rosenvænget 100, 4440 Mørkøv.
<u>Juni:</u>	9/6 23/6	Ny Elmelunden, Lunderosevej 1, 4450 Jyderup A-Huset, Nytorv 14, 4340 Tølløse
<u>Juli:</u>	7/7 21/7	Byparken 2, 4520 Svinninge Rosenvænget 100, 4440 Mørkøv
<u>August:</u>	4/8	Ny Elmelunden, Lunderosevej 1, 4450 Jyderup

Bente holder ferie uger 32-33-34

<u>September:</u>	1/9 15/9 29/9	A-Huset, Nytorv 14, 4340 Tølløse Byparken 2, 4520 Svinninge Rosenvænget 100, 4440 Mørkøv
<u>Oktober:</u>	13/10 27/10	Ny Elmelunden, Lunderosevej 1, 4450 Jyderup A-Huset, Nytorv 14, 4340 Tølløse
<u>November:</u>	10/11 24/11	Byparken 2, 4520 Svinninge Rosenvænget 100, 4440 Mørkøv
<u>December:</u>	8/12 22/12	Ny Elmelunden, Lunderosevej 1, 4450 Jyderup A-Huset, Nytorv 14, 4340 Tølløse

Vigtig information om vedligeholdelse af høreapparater, anskaffelse af batterier, slanger og voksfiltre

Høreapparater virker kun optimalt, når de bliver løbende vedligeholdt. Sørg derfor altid for at have batterier, slanger og voksfiltre hjemme, så du kan skifte disse ved behov.

Batterier, slanger og voksfiltre udleveres ikke længere lokalt, men skal i stedet bestilles og kommer derefter med posten.

Batterier og slanger i metermål bestilles hos:

Siemens Høreapparater tlf.: 63 15 40 12
Ove Gjeddes Vej 9 Mail: batterier@siemens.dk
5220 Odense SØ

Tyndslanger og voksfiltre bestilles ved den enkelte høreapparats-fabrikant. Se de papirer du fik udleveret sammen med høreapparatet, for at finde adresse og telefonnummer.

Den Kommunale høreomsorg

Har man behov for hjælp til den løbende vedligeholdelse af høreapparaterne, kan man henvende sig til kommunens høreomsorgsvejleder, Bente Grüner. Hun er uddannet til at kunne afhjælpe simple problemer med høreapparaterne, samt eventuelt visitere videre til andre relevante instanser, hvis dagligdagen med høreapparaterne ikke fungerer som den skal. Bente Grüner træffes på telefon:

torsdag mellem kl. 8.30 og 9.00
tlf. 72 36 53 32, email: begr@holb.dk

Høreomsorgsvejlederen har løbende åbne træffetider på kommunens dagcentre og kommer efter aftale her. Hvornår og på hvilke centre, kan ses på hjemmesiden www.holb.dk, på opslag på centrene eller høres på telefonsvareren på 72 36 53 32.

Hørekonsulenten

Har man mere komplekse behov i forbindelse med sin hørelse, f.eks. undervisning i betjening, vedligeholdelse, behov for udredning i forhold til hjælpemidler, rådgivning og vejledning eller justering af høreapparater, kan man kontakte CSU's hørekonsulent:

ÅBNINGSTIDER:

Caféerne er åbne 365 dage om året i tidsrummet 11.30-12.30, med undtagelse af **Lersøcenteret** og **Åvang** der kun er åbent mandag, tirsdag, onsdag og torsdag, mens **Elmelunden** holder åbent mandag, tirsdag, torsdag og fredag.

I dette tidsrum kan man købe to retter sammen. Eller enten en hovedret *eller* en kold/varm baret (forret eller dessert).

Man kan også bestille almindeligt smørrebrød og lagkager samt købe øl, vin og sodavand.

Hvem kan bruge caféerne?

Det kan alle pensionister, efterlønsmødtager og deres pårørende.

Priser

Pris hvis Madservice i eget hjem er:

**Ikke
Bevilget**

		Bevilget	Ikke Bevilget
Pensionister:	Hovedret	48,00 kr.	60,00 kr.
	Baret	17,00 kr.	21,00 kr.
	Hovedret + baret	57,00 kr.	71,00 kr.
Efterlønsmødtager:	Hovedret		64,50 kr.
	Baret		24,50 kr.
	Hovedret + baret		78,00 kr.
Pårørende:	Hovedret		63,00 kr.
	Baret		24,00 kr.
	Hovedret + baret		77,00 kr.
Ekstra:	Smørrebrød	13,50 kr.	17,00 kr.
	Franskbrød/bolle m. ost	10,00 kr.	12,50 kr.
	Kage (skal bestilles)	10,00 kr.	12,50 kr.
	Æblekage til seks personer - skal bestilles	60,00 kr.	75,00 kr.
	Lagkage	153,00 kr.	191,00 kr.
	1 kande kaffe (skal bestilles)	31,00 kr.	39,00 kr.
	1 kande te (skal bestilles)	25,00 kr.	31,00 kr.
	Øl inkl. Pant	12,50 kr.	15,50 kr.
	Sodavand 0,25 l. inkl. Pant	8,00 kr.	10,00 kr.
	Sodavand 0,50 l. inkl. pant	14,50 kr.	18,00 kr.

Brugerrådets medlemmer, telefon- og adresseliste:

Formand Erik Jensen : Tølløsevej 246.

Tlf.: 59188302 / 40413433. Mail: langholmsgaard@mail.dk

Næstformand Marie Henriksen: Søndermarken 9.

Tlf.: 59186925 / 25774026. Mail: henriksen2000@mail.dk

Kasserer Niels Sørensen: Østergade 121.

Tlf.: 59657242 / 23200223. Mail: oestergade121@gmail.com

Rådsmedlem Lisa Olsen: Violvej 3.

Tlf.: 59186115 / 50954826. Mail: lisa.o@mail.dk

Rådsmedlem Ebbe Kring Jørgensen: Gl. Tadrevej 5. Tlf.: 40595520.

Mail: ebbekring@gmail.com.

Rådmedlem Marina Vijngard: Østergade 20. Tlf.: 59185841.

Mail: marina@tollose.dk

Rådsmedlem Ruth Pedersen: Gl. Skovvej 38.

Tlf.: 60776352. Mail: apnyby@hotmail.com

Rådsmedlem Kirsten Thomasen: Vestergade 60B.

Tlf.: 59185712 / 30275712. Mail: kit-fm@mail.dk

Rådsmedlem Karen Abrahamsson: Dalvænget 91.

Tlf.: 31666230. Mail: karen-elisabeth.a@hotmail.com

Suppleant Henning Hoff Nielsen: Plantagevænget 10. Tlf.: 22547481.

Mail: hnhhoff@gmail.com.

Suppleant Carsten Kristoffersen: Bakkedraget 14. Tlf.: 31424884.

Mail: ck@kristoffs.dk

Bilagskontrollant Mogens H. Jørgensen: Søndermarken 44.

Tlf.: 21629870. Mail: mogenshjo@gmail.com

Billagskontrollant/suppleant Ole Olsen: Ljungbyvej 3. Tlf.: 59185251 /

21484721. Mail: oleol@post9.tele.dk.

Teamleder Mette Fink Bentsen. Tlf.: 72366324. Mail: mb@holb.dk

Indlæg og rettelser til ”Bladet” bedes indleveret
til

Lissi Kring Jørgensen mail:

ahusblad@gmail.com

Telefonnummer: 25 15 49 60

senest den 20. i måneden

**Skrevet i tekstformat: Times New Roman
og i A5 format.**

***Tovholderne for de forskellige aktiviteter bedes give
besked til redaktøren senest den 20. i måneden om
datoer for ferier eller andre relevante oplysninger,
der skal i bladet.***

**Bladet er til disposition den 1. i måneden og frem-
lægges i Aktivitetshuset.**

Åbningstider i Aktivitetshuset;

Hverdage åben kl. 8.30-15.30

Caféen er åben alle dage kl. 11.30-12.30.

Lokaler i Aktivitetshuset kan stilles til rådighed for organisatio-
ner, foreninger og grupper med tilknytning til Aktivitetshusets
målgruppe.

Lokalerne er til rådighed på hverdage fra kl. 16.00
i weekender fra kl. 8.00

**Vedr. reservation af lokaler i Aktivitetshuset kan følgen-
de kontaktes: Dagcenter tlf. 72 36 53 27 eller
Mette Fink Bentsen, mb@holb.dk, tlf. 72 36 63 24**

AKTIVITETERNES KONTAKTPERSONER

Gymnastik v/Bodil: Kontaktperson Bodil Okkerholm, Tlf.: 59185251, mobil: 30507551 mail: bodilokkerholm@post9.tele.dk,

EDB: Kontaktperson Marie Henriksen, mobil: 25774026, mail: henriksen2000@mail.dk

Afspænding v/Bente Mentz: Tlf.: 59180018 mail: starupmentz@gmail.com

Kniple og Nørkle Café: Aase Strandberg, Tlf.: 59180355 mobil : 61330681, mail: aasestrand@mail og Connie Pedersen, Tlf.: 59171009, mobil : 51942648 . mail: connie.marts@hotmail.com

Syng med Irene: Kontaktperson Irene , Tlf.: 24660767 og Mogens, Tlf.: 21629870. **Ferie i juni, juli, august og september måneder.**

Engelsk (Ældre Sagen): Kontaktperson Jean Hansen, Tlf.: 59188038.

Ældre Sagen-Demens Café: Kontaktperson Ninna Krabbe Andersen, Tlf.: 23399991. Mail: ninnakrabbe@live.dk

Yngre pensionister: Kontaktperson Connie Pedersen, Tlf.: 59171009 Mobil: 51942648, mail: connie.marts@hotmail.com.

Pensionistforeningen: Carl Rasmussen, Klostersvænget 1, 4300 Tølløse. Mobil: 29476121.

Kreativ værksted: Bodil Okkerholm, Tlf.: 59185251, mobil: 30507551, mail: bodilokkerholm@post9.tele.dk

Kortspil: Kontaktperson Jørgen Hansen, Tlf.: 59185590

Skak . Janech Hansen , Tlf. 59180318, mail; janech8007@waoomail.dk

KOL hold: Rudy, mobil : 30298514

Brugerrådet har oprettet følgende udvalg:

Fest/Tur Udvalg	Marie Henriksen, tovholder, Karen Abrahamsson Ruth Pedersen Lisa Olsen Ebbe Kring Jørgensen
Blad udvalg	Niels Sørensen, tovholder Marina Wijngaard Lissi Kring Jørgensen, redaktør
EDB Udvalg	Marie Henriksen, tovholder Niels Sørensen Henning Hoff Nielsen
Vaccinationsdagen	Niels Sørensen
Praktiske Opgaver	Lisa Olsen Ruth Pedersen