



Nyt fra Aktivitetshuset

NYTORV 14, 4340 TØLLØSE Tlf. 7236 5327

www.aktivitetshuset-tollose.dk

Aktiviteter for alle

OKTOBER 2016



AKTIVITETSKALENDER OKTOBER

Dato	Kl.	Arrangementer
Lørdag 1.		
Søndag 2.		
Mandag 3.	09.00-10.00 10.00-15.00 10.00-11.00 15.30-17.00	KOL hold Kniple og nørkle café Boldkasino v/Johannes BOWLS i caféen
Tirsdag 4.	09.30-11.00 09.00-10.30 13.30-14.30	Afspænding v/Bente Influenza-vaccination Gymnastik v/Dagny
Onsdag 5.	09.00-11.30 09.45-11.45 13.30-15.30	Stolegymnastik v/Bodil EDB EDB
Torsdag 6.	09.00-11.30 09.30-12.00 10.00-12.00 12.00-16.00 13.30-14.30 16.00-17.00	Stolegymnastik v/Bodil EDB Brugerrådsmøde Kreativt værksted Gymnastik v/Dagny Syng med Irene
Fredag 7.	09.00-10.00 10.00-12.00	KOL hold EDB
Lørdag 8.		
Søndag 9.	14.00	Bankospil Støtteforeningen
Mandag 10.	09.00-10.00 10.00-15.00 10.00-11.00 15.30-17.00	KOL hold Kniple og nørkle café Boldkasino v/Johannes BOWLS i caféen
Tirsdag 11.	09.30-11.00 13.30-14.30	Afspænding v/Bente Gymnastik v/Dagny
Onsdag 12.	09.00-11.30 09.45-11.45 13.30-15.30 15.30	Stolegymnastik v/Bodil EDB EDB Bankospil Pensionistforeningen



Storebæltsbroen med Isbådestationen i Halskov

Den blå bus kørte den 19. september på tur over Storebæltsbroen og op til Kerteminde med 4 deltagere fra Aktivitetshuset.

Frokost på Kundshoved med udsigt over Storebælt.

Billeder fra turen:



Amanda fra Kerteminde

Dato	Kl.	Arrangementer
Torsdag 13.	09.00-11.30 09.30-12.00 12.00-16.00 13.30-14.30 16.00-17.00 19.30-22.00	Stolegymnastik v/Bodil EDB Kreativt værksted Gymnastik v/Dagny Syng med Irene Naturhistorisk Forening
Fredag 14.	09.00-10.00 10.00-12.00 11.00-16.00	KOL hold EDB Yngre pensionister
Lørdag 15.		
Søndag 16.	14.00	Ældre Sagens Søndagscafé
Mandag 17.	09.00-10.00 10.00-15.00 10.00-11.00 15.30-17.00	KOL hold Kniple og nørkle café Boldkasino v/Johannes BOWLS i caféen
Tirsdag 18.	09.30-11.00 13.30-14.30	Afspænding v/Bente Gymnastik v/Dagny
Onsdag 19.	09.00-11.30 09.45-11.45 13.30-15.30 15.30	Stolegymnastik v/Bodil EDB EDB Hyggeeftermiddag Pensionistforening
Torsdag 20.	09.00-11.30 09.30-12.00 12.00-16.00 13.30-14.30 16.00-17.00	Stolegymnastik v/Bodil EDB Kreativt værksted Gymnastik v/Dagny Syng med Irene
Fredag 21.	09.00-10.00 10.00-12.00	KOL hold EDB
Lørdag 22.		
Søndag 23.		

Dato	Kl.	Arrangementer
Mandag 24.	09.00-10.00 10.00-15.00 10.00-11.00 15.30-17.00	KOL hold Kniple og nørkle café Boldkasino v/Johannes BOWLS i caféen
Tirsdag 25.	09.30-11.00 09.30-15.00 13.30-14.30 14.00-16.00	Afspænding v/Bente Løvfaldstur v/Brugerrådet Gymnastik v/Dagny Ældre Sagens Demens café
Onsdag 26.	09.00-11.30 09.45-11.45 10.00-14.30 13.30-15.30 15.30	Stolegymnastik v/Bodil EDB Kniple og nørkle café EDB Bankospil Pensionistforeningen
Torsdag 27.	09.00-11.30 09.30-12.00 10.00-13.00 12.00-16.00 13.30-14.30 16.00-17.00	Stolegymnastik v/Bodil EDB Tøjsalg Kreativt værksted Gymnastik v/Dagny Syng med Irene
Fredag 28.	09.00-10.00 10.00-12.00 11.00-16.00	KOL hold EDB Yngre pensionister
Lørdag 29.		
Søndag 30.		
Mandag 31.	09.00-10.00 10.00-15.00 10.00-11.00 15.30-17.00	KOL hold Kniple og nørkle café Boldkasino v/Johannes BOWLS i caféen

Demenscaféen

Tirsdag den 27. oktober, kl. 14.00-16.00 i Aktivitetshuset. Café for mennesker ramt af demens og deres pårørende.

Vi hygger os sammen, synger, spiller lette spil, drikker kaffe, som regel med hjemmebagt kage. Sidst, men ikke mindst er der lejlighed til, for de pårørende, at tale med andre, som har sygdommen tæt inde på livet.

Ved de fleste tirsdags cafeer er en demenskonsulent til stede.

Venlig hilsen

Ninna Krabbe, tlf.: 23399991

Lokalhistorisk Forening

Den 13. oktober kl. 19.30 byder foreningen til foredrag med Ingeniør, Jakob Bjerre, Tølløse.

Emne: Thule, en amerikansk base på dansk / grønlandsk jord.

Alle er velkommen, entré kr. 30,- for medlemmer og kr. 50,- for ikke medlemmer. I prisen er inkluderet kaffe og kage.

Løvfaldstur

Tirsdag den 25.10. 2016 inviterer Brugerrådet til løvfaldstur til det smukke Odsherred, med spisning på Lyngkroen.

Afgang fra Aktivitetshuset ca. kl. 09.30 med hjemkomst ca. kl. 15.00. Turen koster kr. 150,-
Drikkevarer på Lyngkroen betales af deltagerne.

Tilmelding og betaling som er bindende sker i dagene: 10.+11.+12. og 13. oktober mellem 09.30 og 12.30 i Aktivitetshuset.

Turen er for visiterede og brugere af Aktivitetshuset.

Med venlig hilsen
Brugerrådet



Høreomsorg

v/hørevejleder Bente Grüner

Telefontid torsdag kl. 8.30 til 9.00 på tlf. 72 36 53 38.

Mail: begr@holb.dk.

Træffetid kl. 13.30 - 15.00. Følgende steder:

September	1/9	A-Huset, Nytorv 14, 4340 Tølløse
	15/9	Byparken 2, 4520 Svinninge
	30/9	Rosenvænget 100, 4440 Mørkøv
Oktober	13/10	Ny Elmelunden, Lunderosevej 1, 4450 Jyderup
	27/10	A-Huset, Nytorv 14, 4340 Tølløse
November	10/11	Byparken 2, 4520 Svinninge
	24/11	Rosenvænget 100, 4440 Mørkøv
December	8/12	Ny Elmelunden, Lunderosevej 1, 4450 Jyderup
	22/12	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:

Brugsen har sponsoreret cykelhelme til brug til Aktivitetshusets cykelture med Christiania-bike.

Billedet viser Brugsens uddeler Henrik på Christiania-biken, hvor han har uddelt cykelhjelme.



Foto fra Midsjællands Folkeblad

Nu er det tid til den årlige influenzavaccination

Vaccinationen er gratis for alle over 65 år, førtidspensionister og personer med visse kroniske sygdomme.

Vaccinationen finder sted tirsdag den 4. oktober kl. 09.00 - 10.30 i Aktivitetshuset

Skak

Mandage kl. 19.30-22.00

Sted: Aktivitetshuset, Nytorv 14, Tølløse.

Tølløse Skakklub tilbyder 3 måneders gratis medlemskab. Har du tid og lyst til et parti skak, så mød op og få en hyggelig aften.

Kontakt: Janech Hansen, tlf. nr. 59180319

E-mail: janech807@waoomail.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 fremlægges 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 organisationer, 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 følgende 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: henriksen2010@gmail.com

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

Støtteforeningen Aktivitetshusets venner for åbne brugere:
Formand Ole F. Olsen tlf.: 59185251, mobil 21484721
mail: oleol@post2.tele.dk

KOL hold: Rudy, mobil : 30298514

Syng med Irene

Syng og bliv glad!

Hver torsdag kl. 16 – 17. Start den 6. oktober.

Vi synger de gode, gamle sange, både de glade og de triste og samtidig hygger vi os sammen.

Jeg spiller på min guitar samt synger for, sammen med Jane og Mogens og vi er så heldige, at vi har Preben, som spiller på sin harmonika.

Alle er velkommen, også dem, der kun vil lytte. Men husk, at det er meget sundt for krop og sjæl at synge.

Håber vi ses. Kærligst Irene Kurtzweil

Ingen tilmelding - du kommer bare det er helt gratis



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 biret) 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.

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

Brugerrådets medlemmer, telefon- og adresseliste:

Formand Erik Jensen : Tølløsevej 246.

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

Næstformand Marie Henriksen: Søndermarken 9.

Tlf.: 59186925 / 25774026. Mail: henriksen2010@gmail.com

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

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, efterlønsmodtagere og deres pårørende.

Priser

Pris hvis Madservice i eget hjem er:

		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.
Efterlønsmodtager:	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.