

Novembermarked i Aktivitetshuset Nytorv 14

Lørdag den 12. november 2016 mellem kl. 11.00 og 15.00 afholder Kreativgruppen oktobermarked.

Vi sælger håndarbejde med mere til meget rimelige priser.

Kom og gør et kup og køb julegaverne i god tid. Alle indtægter går til indkøb af nye materialer. Kaffe/the kan købes.

Har du spørgsmål ang. Denne dag, kig ind til os torsdag eftermiddag kl. 13-16.

Eller kontakt Bodil Okkerholm Tlf. 59185251 eller mobil: 30507551.



Nyt fra Aktivitetshuset

NYTORV 14, 4340 TØLLØSE Tlf. 7236 5327

www.aktivitetshuset-tollose.dk

Aktiviteter for alle

NOVEMBER 2016

AKTIVITETSKALENDER NOVEMBER

Dato	Kl.	Arrangementer
Tirsdag 1.	09.30-11.00 13.30-14.30	Afspænding v/Bente Gymnastik v/Dagny
Onsdag 2.	09.00-11.30 09.45-11.45 13.30-15.30	Stolegymnastik v/Bodil EDB EDB
Torsdag 3.	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 4.	09.00-10.00 10.00-12.00	KOL hold EDB
Lørdag 5.		
Søndag 6.		
Mandag 7.	09.00-10.00 10.00-15.00 10.00-11.00 14.00-16.00 15.30-17.00	KOL hold Kniple og nørkle café Boldkasino v/Johannes Engels undervisning BOWLS i caféen
Tirsdag 8.	09.30-11.00 13.30-14.30	Afspænding v/Bente Gymnastik v/Dagny
Onsdag 9.	09.00-11.30 09.45-11.45 13.30-15.30 15.30-	Stolegymnastik v/Bodil EDB EDB Bankospil Pensionistforeningen
Torsdag 10.	09.00-11.30 09.30-12.00 12.00-16.00 13.30-14.30 16.00-17.00 19.30	Stolegymnastik v/Bodil EDB Kreativt værksted Gymnastik v/Dagny Syng med Irene Lokalhistorisk Forening, foredrag af Magister Mette Gundel om ”Bødlen, natmændene, rakkerne og kæltringerne

Besøg i Aktivitetshuset

Onsdag den 19. oktober 2016 havde Aktivitetshuset besøg af 2 professionelle instruktører fra Dansefyrtårnet i Roskilde.

Det var en underholdende formiddag, hvor mange brugere fra både det Visiteret Dagcenter og Det Aktive Center, sammen hyggede sig med, at danse og bevæge sig på forskellige måder.



Tæppebedet i Landbohøjskolens have.



Lokalhistorisk Forening

Torsdag den 10. november kl. 19.30 holder magister Mette Gundel foredrag om ”Bødlen, natmændene, rakkerne og kæltringerne”.

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

Dato	Kl.	Arrangementer
Fredag 11.	09.00-10.00 10.00-12.00 11.00-16.00 13.30-16.30	KOL hold EDB Yngre pensionister 75 års fødselsdag for borgere, der fylder 75 år i kalenderåret 2016
Lørdag 12.	11.00-15.00	Kreativgruppens novembermarked
Søndag 13.	14.00-	Bankospil Støtteforeningen
Mandag 14.	09.00-10.00 10.00-15.00 10.00-11.00 14.00-16.00 15.30-17.00	KOL hold Kniple og nørkle café Boldkasino v/Johannes Engelsk undervisning BOWLS i caféen
Tirsdag 15.	09.30-11.00 13.30-14.30	Afspænding v/Bente Gymnastik v/Dagny
Onsdag 16.	09.00-11.30 09.45-11.45 13.30-15.30	Stolegymnastik v/Bodil EDB EDB
Torsdag 17.	09.00-11.30 09.30-12.00 12.00-16.00 13.30-14.30 16.00-17.00 19.00-	Stolegymnastik v/Bodil EDB Kreativt værksted Gymnastik v/Dagny Syng med Irene Ældre Sagens foredrag om Landbohøjskolen
Fredag 18.	09.00-10.00 10.00-12.00	KOL hold EDB
Lørdag 19.		
Søndag 20		
Mandag 21.	09.00-10.00 10.00-15.00 10.00-11.00 14.00-16.00 15.30-17.00	KOL hold Kniple og nørkle café Boldkasino v/Johannes Engelsk undervisning BOWLS i caféen

Dato	Kl.	Arrangementer
Tirsdag 22.	09.30-11.00 13.30-14.30	Afspænding v/Bente Gymnastik v/Dagny
Onsdag 23.	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 24.	09.00-11.30 09.30-12.00 11.30-15.00 12.00-16.00 13.30-14.30 16.00-17.00	Stolegymnastik v/Bodil EDB Julefrokost Kreativt værksted Gymnastik v/Dagny Syng med Irene
Fredag 25.	09.00-10.00 10.00-12.00 11.00-16.00	KOL hold EDB Yngre pensionister
Lørdag 26.		
Søndag 27.		
Mandag 28.	09.00-10.00 10.00-15.00 10.00-11.00 14.00-16.00 15.30-17.00	KOL hold Kniple og nørkle café Boldkasino v/Johannes Engelsk undervisning BOWLS i caféen
Tirsdag 29. <i>Det Visiteret Dagcenter er lukket i dag</i>	09.30-11.00 13.30-14.30 14.00-16.00	Afspænding v/Bente Gymnastik v/Dagny Demens Cafeen
Onsdag 30. <i>Det Visiteret Dagcenter er lukket i dag</i>	09.00-11.30 09.45-11.45 10.00-14.30 13.30-15.30	Stolegymnastik v/Bodil EDB Kniple og nørkle café EDB

Ældre Sagen

Torsdag den 17. november kl. 19.00

Kulturel, historisk og botanisk billedforedrag ved tidligere have-mester og seniorgartner Kim Greiner, som tager os med rundt i Landbohøjskolens have, som blev grundlagt i 1858. Haven har omkring 7.000 forskellige planter, der bruges til undervisning i botanik og havebrugsfag, samtidig er haven en unik og smuk perle i storbyen.

Pris: 35 kr. for medlemmer, 45 kr. for ikke medlemmer, inkl. kaffe og kage.

Billede fra Landbohøjskolens have





Julefrokost

Torsdag den 24. november
KL. 11.30 – 15.00
afholdes der julefrokost for visiterede og brugere af
Aktivitetshuset.
Pris for mad, drikke, og underholdning Kr. 150,-

Tilmelding og betaling:

Mandag den 7. november
Tirsdag den 8. november
Onsdag den 9. november
Torsdag den 10. november

alle dage fra kl. 9.30 til kl. 12.30 i Aktivitetshuset.

Med julehilsen og på gensyn
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:



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

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



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**

Nyt fra hjælpemiddelafdelingen

Kvikskranken åbner på ny adresse onsdag den 26. oktober 2016:
Ved Fauergården 7 i Holbæk. Kvikskrankens åbningstider:

Mandag – onsdag kl. 8.30 - 12.00

Torsdag kl. 10.00 -17.00

Fredag er lukket.

Kvikskranken tilbyder borgere i Holbæk Kommune let og hurtig adgang til standardhjælpemidler.

DET KAN DU FÅ HJÆLP TIL:

Du kan henvende dig uden forudgående aftale og få hjælp af en terapeut til at finde frem til det helt rigtige hjælpemiddel. Du kan ansøge, afprøve og få udleveret hjælpemidler som for eksempel:

- rollator
- badetaburet
- toiletstol
- strømpepåtager til kompressionsstrømper

DU ER BERETTIGET TIL HJÆLP NÅR:

Du kan få bevilget et hjælpemiddel, hvis:

- du har en varig funktionsnedsættelse af en vis sværhedsgrad, og
- hjælpemidlet i væsentlig grad kan lette din hverdag.

GODE RÅD OG KONTAKT

Vi kan også give dig råd og vejledning om hjælpemidler og forbrugsgoder generelt.

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.

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			Ikke
Pris hvis Madservice i eget hjem er:		Bevilget	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.

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

BOWLS: Bente Nielsen, Tlf.: 40264021, Marianne Bundgaard, Tlf.: 72362366

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
Vaccinations-dagen	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 Thomsen: 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