

Flytte Fest

Brugerrådet inviterer alle
visiterede, dagcenter brugere samt personale
til fest i A-huset
tirsdag den 7. februar kl. 11.30

God mad fra SuperBrugsen.

Underholdning ved: Klaus og Karin.

Musikquiz, livemusik,
konkurrencer og præmier.

Tilmelding til personalet i A-huset
senest fredag den 27. januar

Festudvalget

Aktivitetshuset er på udkik efter et billard bord til en ny aktivitet i huset. Hvis der er nogen, der har oplysninger om, hvor man kan købe et bord vil Marianne Bundgaard meget gerne høre fra jer. Hun træffes på telefon: 72362366.



Nyt fra Aktivitetshuset

NYTORV 14, 4340 TØLLØSE Tlf. 7236 5327

www.aktivitetshuset-tollose.dk

Aktiviteter for alle

Februar 2017

AKTIVITETSKALENDER FEBRUAR

Dato	Kl.	Arrangementer
Onsdag 1.	09.00-11.30 09.45-11.45 13.00-15.00 15.30 -	Stolegymnastik v/Bodil EDB EDB Bankospil pensionistforeningen
Torsdag 2.	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 Vinterferie Syng med Irene
Fredag 3.	09.00-10.00 10.00-12.00 11.00-16.00	KOL hold EDB Yngre pensionister
Lørdag 4.		
Søndag 5.	14.00-	Bankospil Støtteforeningen
Mandag 6.	09.00-10.00 10.00-15.00 10.00-11.00 14.00-16.00	KOL hold Kniple og nørkle café Boldkasino v/Johannes Engelsk undervisning
Tirsdag 7.	09.30-11.00 11.30-15.00 13.30-14.30	Afspænding v/Bente Flyttefest for visiterede, dagcenter- brugere og personale. Gymnastik v/Dagny
Onsdag 8.	09.00-11.30 09.45-11.45 13.00-15.00	Stolegymnastik v/Bodil EDB EDB
Torsdag 9.	09.00-11.30 09.30-12.00 12.00-16.00 13.30-14.30 16.00-17.00 19.30-21.30	Stolegymnastik v/Bodil EDB Kreativt værksted Gymnastik v/Dagny Vinterferie Syng med Irene Lokalhistorisk Forening, foredrag om Titanics forlis.

Ældre Sagen

Ældre Sagen i Tølløse indbyder til søndagscafé
søndag den 19. februar kl. 14.

Susanne Malmstrøm kommer fra Roskilde og holder foredrag over emnet:
”En sund sjæl i et sundt legeme”.

Hvad betyder det for dig, hvordan lever vi et sundt liv, hvor hele mennesket
er i balance?

Det er en garvet foredragsholder, som har arbejdet i sundhedsvæsenet i 45 år,
som gæster os denne eftermiddag.

Der betales entre: medlemmer kr. 35,- ikke medlemmer kr. 45,- heri er inkl.
kaffe med brød.

Brugerrådet for Aktivitetshuset, Nygade 14, Tølløse
afholder årsmøde torsdag d. 23. februar kl. 10.00 i Aktivitetshuset

Dagsorden jfr. Vedtægterne

Der skal vælges formand og 3 rådsmedlemmer samt suppleanter
og bilagskontrollanter.

Forslag, der ønskes behandlet på årsmødet skal sendes senest den
16. februar til formanden.

På brugerrådets vegne
Erik Jensen, formand
landholmgaard@mail.dk

Lokalhistorisk Forening

Torsdag den 9. februar, foredrag om Titanics forlis - skibet der ikke kunne synke. Foredragsholder Thomas Sloth, fra Kirke Eskilstrup.

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

Tirsdag den 28. februar kl. 14-16 er der tirsdagscafé for mennesker ramt af demens og deres pårørende

I vores café er alle, som er ramt af demens og deres pårørende velkommen. Vi mødes den sidste tirsdag i måneden, hygger med kaffe og hjemmebag, synger, spiller lette spil, eller andet som kan interessere.

For de pårørende er der god mulighed for en snak med andre, som har demens sygdommen tæt på, hvilket kan være godt, da mange går lidt alene med tanker omkring hverdagen med en demensramt person.

Der er til de fleste tirsdagscaféer en demenskoordinator fra Holbæk kommune til stede.

Dato	Kl.	Arrangementer
Fredag 10.	09.00-10.00 10.00-12.00	KOL hold EDB
Lørdag 11.		
Søndag 12.	14.00-16.00	Bankospil i Støtteforeningen
Mandag 13.	09.00-10.00 10.00-15.00 10.00-11.00 14.00-16.00	KOL hold Kniple og nørkle café Boldkasino v/Johannes Engelsk undervisning
Tirsdag 14.	09.30-11.00 13.30-14.30	Afspænding v/Bente Gymnastik v/Dagny
Onsdag 15.	09.00-11.30 09.45-11.45 10.00-14.30 13.00-15.00 15.30-18.00	Stolegymnastik v/Bodil EDB Kniple og nørkle café EDB Pensionistforeningen, generalforsamling + ½ bankospil. Husk kop og tallerken til gratis lagkage og kaffe.
Torsdag 16.	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 Vinterferie Syng med Irene
Fredag 17.	09.00-10.00 10.00-12.00 11.00-16.00	KOL hold EDB Yngre pensionister
Lørdag 18.		
Søndag 19.	14.00-16.00	Ældre Sagen - søndagscafé

Dato	Kl.	Arrangementer
Mandag 20.	09.00-10.00 10.00-15.00 10.00-11.00 14.00-16.00	KOL hold Kniple og nørkle café Boldkasino v/Johannes Engelsk undervisning
Tirsdag 21.	09.30-11.00 13.30-14.30	Afspænding v/Bente Gymnastik v/Dagny
Onsdag 22.	09.00-11.30 09.45-11.45 10.00-14.30 13.00-15.00	Stolegymnastik v/Bodil EDB Kniple og nørkle café EDB
Torsdag 23.	09.00-11.30 09.30-12.00 12.00-16.00 13.30-14.30 10.00-12.00 16.00-17.00	Stolegymnastik v/Bodil EDB Kreativt værksted Gymnastik v/Dagny Brugerrådets årsmøde Syng med Irene
Fredag 24.	09.00-10.00 10.00-12.00	KOL hold EDB
Lørdag 25.		
Søndag 26.		
Mandag 27.	- 09.00-10.00 10.00-15.00 10.00-11.00 14.00-16.00	Dagcenteret er lukket i dag KOL hold Kniple og nørkle café Boldkasino v/Johannes Engelsk undervisning
Tirsdag 28.	- 09.30-11.00 13.30-14.30 14.00-16.00	Dagcenteret er lukket i dag Afspænding v/Bente Gymnastik v/Dagny Demens Caféen

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 bilet) 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	49,00 kr.	61,00 kr.
	Baret	17,50 kr.	22,00 kr.
	Hovedret + baret	58,00 kr.	72,50 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	10,50 kr.	13,00 kr.
	Kage (skal bestilles)	10,50 kr.	13,00 kr.
	Æblekage til seks personer - skal bestilles	62,50 kr.	78,00 kr.
	Lagkage	156,50 kr.	195,50 kr.
	1 kande kaffe (skal bestilles)	32,00 kr.	40,00 kr.
	1 kande te (skal bestilles)	25,50 kr.	32,00 kr.
	Øl inkl. Pant	12,50 kr.	15,50 kr.
	Sodavand 0,25 l. inkl. Pant	8,50 kr.	10,50 kr.
	Sodavand 0,50 l. inkl. pant	15,50 kr.	18,50 kr.

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, voksfiltre og evt. slanger 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:

Sivantos Høreapparater tlf.: 63 15 40 12
Ove Gjeddes Vej 9 www.signia-hearing.dk/order-private/
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 en af kommunens hørevejledere. De 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. Høreomsorgen er opdelt i en afdeling for Holbæk Midt, en afdeling for Holbæk kommunes østlige og vestlige dele, samt en afdeling på Orø.

Fortsættes på næste side.....

Høreomsorg for Holbæk kommune Øst og Vest betjenes af hørevejleder Bente Grüner. Man kan kontakte hende via mail eller telefon. Tlf. 72365338, email: begr@holb.dk

Telefontid: Alle hverdage på nær onsdag kl. 10.30-11

Holbæk Kommune Midt betjenes af hørevejleder Jette Lidegaard. Hun træffes efter aftale via mail eller telefon. Tlf. 72 36 53 32, email: jsli@holb.dk

Telefontid: tirsdag og torsdag kl. 9.00-9.30

Høreomsorg for Orø betjenes af hørevejleder Mia Vestergård. Hun træffes efter aftale via telefon eller mail. Tlf. 72366682, email: mv@holb.dk

Telefontid: mandag, tirsdag og torsdag kl. 11.00-12.00

Hørekonsulenten

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

Mandag til torsdag mellem 9.00 og 11.00
tlf. **58 50 30 90**.

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: Vester gade 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

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

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**

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.

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.

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: Lone Østergård, mobil: 23669944, mail: loneostergaard@sol.dk.

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

Kortspil: Kontaktperson Jørgen Hansen, Tlf.: 59185590

Skak . Janech Hansen , Tlf. 59180319, mail; janech807@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