



Nyt fra Aktivitetshuset

NYTORV 14, 4340 TØLLØSE Tlf. 7236 5327

www.aktivitetshuset-tollose.dk

Aktiviteter for alle

September 2017

AKTIVITETSKALENDER SEPTEMBER

| Dato | Kl. | Arrangementer |
|-------------------|---|---|
| Fredag 1. | 09.00-10.00 10.00-12.00 11.00-16.00 | KOL hold EDB Yngre pensionister |
| Lørdag 2. | | |
| Søndag 3. | | |
| Mandag 4. | 09.00-10.00 10.00-15.00 10.00-12.00 14.00-16.00 19.30-22.00 | KOL hold Kniple og nørkle café Møde med EDB underviserne Engelsk undervisning skak |
| Tirsdag 5. | 09.30-11.00 13.30-14.30 13.00-17.00 18.30-21.30 16.00- | Sommerferie - Afspænding v/ Bente Gymnastik v/Dagny Bridge Strikke/syklub Orienteringsmøde om valg til Ældrerådet. |
| Onsdag 6. | 09.00-11.30 10.00-14.30 12.00-13.00 13.00-15.00 | Stolegymnastik v/Bodil Kniple og nørkle café Stolemotion/KOL EDB |
| Torsdag 7. | 09.00-11.30 09.30-12.00 10.00-12.00 12.00-16.00 13.30-14.30 13.30-17.00 15.00-17.00 | Stolegymnastik v/Bodil Brugerrådsmøde EDB Kreativt værksted Gymnastik v/Dagny Bordtennis Billard |
| Fredag 8. | 09.00-10.00 10.00-12.00 | KOL hold EDB |
| Lørdag 9. | | |
| Søndag 10 | 14.00-16.00 | Bankospil i Støtteforeningn |

| Dato | Kl. | Arrangementer |
|--------------------|--|---|
| Mandag 11. | 09.00-10.00 10.00-15.00 14.00-16.00 19.30-22.00 | KOL hold Kniple og nørkle café Engelsk undervisning Skak |
| Tirsdag 12. | 09.30-11.00 12.00-13.00 13.30-14.30 13.00-17.00 14.00-16.00 18.30-21.30 | Sommerferie -Afspænding v/Bente Stolemotion/KOL Gymnastik v/Dagny Bridge Bordtennis Strikke/syklub |
| Onsdag 13. | 09.00-11.30 10.00-12.00 13.00-15.00 | Stolegymnastik v/Bodil Introduktionsmøde om EDB undervisning EDB |
| Torsdag 14. | 09.00-11.30 09.30-12.00 12.00-16.00 13.30-14.30 13.30-17.00 15.00-17.00 | Stolegymnastik v/Bodil EDB Kreativt værksted <i>KOEFA</i> Gymnastik v/Dagny Bordtennis Billard |
| Fredag 15. | 09.00-10.00 10.00-12.00 11.00-16.00 | KOL hold EDB Yngre pensionister |
| Lørdag 16. | | |
| Søndag 17. | 14.00-16.00 | Ældre Sagen, Kurt Gjerrild og Leif Nielsen kommer, se mere herom på side 12. |
| Mandag 18. | 09.00-10.00 10.00-15.00 14.00-16.00 19.30-22.00 | KOL hold Kniple og nørkle café Engelsk undervisning Skak |

AKTIVITETSKALENDER SEPTEMBER

| Dato | Kl. | Arrangementer |
|--------------------|--|--|
| Tirsdag 19. | 09.30-11.00 12.00-13.00 13.30-14.30 13.00-17.00 14.00-16.00 18.30-21.30 | Sommerferie v/Bente Stolemotion/KOL Gymnastik v/Dagny Bridge Bordtennis Strikke/syklub |
| Onsdag 20. | 09.00-11.30 13.00-15.00 | Stolegymnastik v/Bodil EDB |
| Torsdag 21. | 09.00-11.30 09.30-12.00 12.00-16.00 13.30-14.30 13.30-17.00 15.00-17.00 | Stolegymnastik v/Bodil EDB Kreativt værksted Gymnastik v/Dagny Bordtennis Billard |
| Fredag 22. | 09.00-10.00 10.00-12.00 | KOL hold EDB |
| Lørdag 23. | | |
| Søndag 24. | | |
| Mandag 25. | 09.00-10.00 10.00-15.00 14.00-16.00 19.30-22.00 18.30-21.30 | KOL hold Kniple og nørkle café Engelsk undervisning Skak Strikke/syklub |
| Tirsdag 26. | 09.30-11.00 12.00-13.00 13.30-14.30 13.00-17.00 14.00-15.30 14.00-16.00 14.00-16.00 18.30-21.30 | Afspænding v/Bente Stolemotion/KOL Gymnastik v/Dagny Bridge BOWLS Bordtennis Demens Cafeen Strikke/syklub |
| Onsdag 27. | 09.00-11.30 13.00-15.00 | Stolegymnastik v/Bodil EDB |

| Dato | Kl. | Arrangementer |
|--------------------|-------------|------------------------|
| Torsdag 28. | 09.00-11.30 | Stolegymnastik v/Bodil |
| | 09.30-12.00 | EDB |
| | 12.00-16.00 | Kreativt værksted |
| | 13.30-14.30 | Gymnastik v/Dagny |
| | 13.30-17.00 | Bordtennis |
| Fredag 29. | 15.00-17.00 | Billard |
| | 09.00-10.00 | KOL hold |
| | 10.00-12.00 | EDB |
| Lørdag 30. | 11.00-16.00 | Yngre Pensionister |
| | 17.30-22.00 | Høstfest |

Valg til Ældrerådet

Den 21. november 2017 afholdes der kommunevalg og valg til Ældrerådet.

Derfor bliver der afholdt orienteringsmøde om det kommende valg til Ældrerådet i aktivitetshuset tirsdag den 5. september kl. 16.

Er man fyldt 60+ år er man valgbar til Ældrerådet og er dermed meget velkommen til mødet den 5. september.

Kom og vær med og deltag i mødet. Ældrerådet er et vigtigt organ i vores demokratiske samfund, hvor Rådet arbejder for de ældre og deres rettigheder. Derfor er det vigtigt, at så mange som muligt bakker op om mødet, så de rette personer bliver opstillet og valgt ind i Rådet den 21. november 2017.

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:

Oticon

Der kan bestilles på følgende måder:

På hjemmeside www.batterier.oticon.dk. Ordre modtaget inden kl. 12 ekspederes samme dag, og bestillingen leveres direkte til hjemmearbejdsadresse.

På tlf.: 39 17 74 44 hverdage kl. 8.00-16.00

På mail til batterier@oticon.dk

I mailen skal der oplyses navn, CPR-nr. og adresse.

Tyndslanger og voksfiltre bestilles ved den enkelte høreapparatsfabrikant. 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.

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**.

Her kan stilles afklarende spørgsmål eller man kan bede om en tid hos hørekonsulenten på Amtmandsvej 2, 2. sal, 4300 Holbæk.

Nye aktiviteter i Aktivitetshuset

Strikke- og syholdet er at finde i huset alle tirsdage kl. 18.30-21.30.

Hvis du har lyst til at være med kan du kontakte, **Tovholder, Marianne Sørensen. Mobil: 30684929, mail: oester-**

Hermed en fortælling om at spille bordtennis

Kom i Aktivitetshuset og få et par hyggelige timer med at spille bordtennis - sjov motion - det kræver ingen forudsætning, blot gå på mod. Der er bat og bolde til rådighed. Det er via Ældre Sagen, at denne aktivitet er kommet på benene.

Kontakt **Bente Arnt Petersen, mobil: 21319860, mail: bente52.arnt@gmail.com, eller Per Frederiksen, mobil: 22905096, mail: poffrederiksen@gmail.com**

Vi starter tirsdag den 12. september 2017

Har du lyst til at spille bridge, og få vendt hjernecellerne, så kom og vær med. Vi spiller tirsdage kl. 13-17. Du kan kontakte **Anne-Lise Reedtz, mobil: 40531944 eller Henning Hoff Nilsen, mobil: 22547481.**

OBS, OBS

Vær opmærksom på ny deadline af indlæg og rettelser til redaktøren til bladet. Senest den 16. i måneden, hvis det skal kunne læses i bladet den følgende måned.

Indlæg og rettelser til "Bladet" bedes indleveret til
Lissi Kring Jørgensen mail:
ahusblad@gmail.com
Telefonnummer: 25 15 49 60
senest den 16. i måneden

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

Tovholderne for de forskellige aktiviteter bedes give besked til redaktøren senest den 16. 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. 7.45-16.00
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. 7:45-16.00, derefter kræves der nøgle. Alarmsystemet er ikke installeret færdigt endnu. Tovholdere bliver orienteret, når alarmen installeres, og der bliver indkaldt til introduktion og uddeling af nøglebrik.

**Vedr. reservation af lokaler i Aktivitetshuset.
Nyt telefonnummer bliver oplyst i oktober bladet.**

Nyt fra hjælpemiddelaafdelingen

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

Afspænding v/Bente Mentz: Tlf.: 59180018.

Mail: starupmentz@gmail.com

Billard: Hans Jørgen: Mobil: 29939531

Bordtennis: Bente Arnt Petersen, mobil: 21319860,
mail: bente52.arnt@gmail.com, eller Per Frederiksen,
mobil: 22905096, mail: poffrederiksen@gmail.com

Bridge: Kontakt Anne-Lise Reedtz, mobil: 40531944 eller Henning Hoff Nilsen, mobil: 22547481

Dansk Slægtshistorisk Forening: Formand, Thor Cuno Larsen, tlf.:
40320536, mail: thor@cuno.dk. Kasserer, John Abrahamsson, tlf.:
25776230, mail: joab1@live.dk

EDB: Kontaktperson, Carsten Kristoffersen: Bakkedraget 14.
Tlf.: 31424884. Mail: ck@kristoffs.dk

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

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

Gymnastik v/Dagany: Kontaktperson Annie Andersen, mobil 60665703.

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

KOL hold: Rudy, mobil: 30298514

Kortspil: Kontaktperson Jørgen Hansen, Tlf.: 59185590

Kreativ værksted: Kirsten Stormly, tlf.: 25667144.

AKTIVITETERNES KONTAKTPERSONER

Lokalhistorisk forening: Formand, svend Aage K. Jørgensen,
Tlf.: 59161019., mail: svaakj@tollose.dk

Nimbusforeningen: Tovholder, Lisbeth Hyllested. Tlf.: 40474292

Seniorer for Tølløse, Soderup og Eskilstrup: Lone Østergård, mobil:
23669944. Mail: loneostergaard@sol.dk.

Skak : Formand Henning Hoff Nielsen, mobil 22547481.
Mail: hnhhoff@gmail.com.
Janech Hansen , Tlf. 59180319. Mail: janech807@waomail.dk

Stolemotion/KOL: Ny tovholder oplyses senere.

Strikke/syhold: Tovholder, Marianne Sørensen. Mobil:
30684929, mail: oestergade121ms@gmail.com.

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

Syng med Irene: Kontaktperson Irene , Tlf.: 24660767 og Mogens,
Tlf.: 21629870.

Yngre pensionister: Kontaktperson Karen Andersen, Tlf.: 26801754
Mail: karen@andersen.mail.dk

Ældre Sagen holder Søndags Cafe søndag den 17. september, kl. 14 i Aktivitetshuset. Kurt Gjerrild og Leif Nielsen kommer og fortæller under overskriften: "Bidder af den danske sangskat" det vil være sangtekster fra Salmebogen, Højskolesangbogen og Arbejdersangbogen. Vi skal også synge en masse sange. Alle er velkomne pris kr. 40 for medlemmer, kr. 50 for ikke medlemmer, inkl. kaffe og kage.

Brugerrådet har oprettet følgende udvalg:

**Fest/Tur
Udvalg** Ebbe Kring Jørgensen, tovholder
Karen Abrahamsson
Ruth Pedersen
Henning Hoff Nielsen
Birgit Klarskov

**Blad
udvalg** Niels Sørensen, tovholder
Mogens Jørgensen
Marianne Bundgaard
Lissi Kring Jørgensen, redaktør

EDB Udvalg Niels Sørensen
Carsten Kristoffersen

**Vaccinations-
dagen** Niels Sørensen

**Praktiske
Opgaver** Henning Hoff Nielsen
Karen Abrahamsson

Sundhedsvejlederne har et tilbud til dig der er mellem 65-79 år.

Har du været ude for livsændring, der påvirker hverdagen?

- * Nylig enke/enkemand
- * Bekymring for en pårørende eller nabo
- * Ændringer i helbredstilstand
- * Eller andet, så ring eller skriv til:

Tove Junge, sygeplejerske

Tlf.: 72366238. Mail: toju@holb.dk

Mellem 8.00-9.00 fra mandag til torsdag



**Brugerrådet inviterer til høstfest i
Aktivitetshuset i Tølløse
lørdag den 30. september kl. 17:30**

Formanden byder velkommen.

Velkomstdrink – buffet - dessert,
kaffe og småkager.

Øl og vin til rimelige priser.

Underholdning med musik og sang
v/Wimmer Hansen, Fårevejle

Pris kr. 150,-

Tilmelding i Aktivitetshuset
den 11., 12., 13., og 14. september
alle dage mellem kl. 10 - 12.

Eller pr. mail: ebbekring@gmail.com med beta-
ling på konto: 0521 0000190442.

På gensyn til høstfest

Fest- og Turudvalget

Brugerrådets medlemmer:

Formand Erik Jensen : Tølløsevej 246.

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

Næstformand Ebbe Kring Jørgensen: Gl. Tadrevej 5, Tlf.: 40595520.

Mail: ebbekring@gmail.com

Kasserer Niels Sørensen: Østergade 121.

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

Rådsmedlem Birgit Klarskov: Duevej 4. Tlf.: 59186483/23803040.

Mail: bkpe@godmail.dk

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

Mail: ck@kristoffs.dk

Rådsmedlem Henning Hoff Nielsen: Plantagevænget 10. tlf.: 22547481.

Mail: hnhhoff@gmail.com

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

Mail: marina@tollose.dk

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 Bente Lykke Jacobsen: Hortholmvej 61. Tlf.: 23467425.

Mail: lykke4340@pc.dk

Suppleant Ruth Pedersen: Gl. Skovvej 38. Tlf.: 60776352.

Mail: apnyby@hotmail.com

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

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.

Henvendelse vedr. spising på Cafeen på telefon 72365376.

| 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. |
| Efterløns- modtager: | 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. |

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 baret) 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 spising. 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.

**Sygeplejeklinikken på 1. sal i Aktivitets Huset, Nytorv 14
i Tølløse har nu været åben siden september 2016**

Klinikken er åbent alle hverdage fra kl. 8 -15.

Vi er 3 sygeplejersker, der skiftes til at betjene de borgere, som

Der er åbnet i alt 5 sygeplejeklinikker i Holbæk kommune.

Fremadrettet vil det blive sådan at borgere, der er aktive og kan transportere sig selv, vil modtage sygepleje i klinikkerne.

Det er en fordel, at man som borger kan få en bestemt tid på klinikken, så har man bedre mulighed for at planlægge sin dag.

Man modtager sin sygepleje i gode omgivelser med en høj hygiejnisk standard, og det er de samme sygeplejersker man møder.

Sygeplejeklinikken kan hjælpe med:

- Skift af sår
- Dosering af medicin
- Måling af blodtryk
- Måling af blodsukker
- Oplæring, vejledning og skift ved diverse blærerkateter, med mere.

Man skal bestille tid og kan ringe på tlf.:72 36 25 56 – Velkommen.

Med kærlig hilsen

Betina Andersen , Lene Wehlast og Helle Amstrup

Fri træning i Aktivitetshuset Tølløse.

Der er mulighed for fri træning i træningslokalet i Aktivitetshuset Under følgende forudsætninger:

Man skal være pensionist eller efterlønsmodtager.

Træningen er uden personalestøtte og instruktion. Aktivitetsvejleder hjælper gerne i gang de første gange og giver instruktion i brug af træningsredskaberne.

Man skal selv kunne betjene træningsmaskinerne.
Al træning foregår på egen risiko.

Evt. tilskadekomst er ikke dækket af kommunal forsikring.
Transport til/fra træning står den enkelte selv for.
Man efterlader lokalet i samme orden som ved ankomst.

Træningen kan foregå på følgende tidspunkter:

Mandage: kl. 10.00 - 15.30

Tirsdage: kl. 8.30 - 15.30

Onsdage: kl. 8.30 - 13.00

Torsdage: kl. 8.30 - 15.30

Fredage: kl. 10.00 - 15.30

Ved spørgsmål kan følgende kontaktes:

Nyt telefonnummer bliver oplyst i oktober bladet.

Rigtig god fornøjelse