



Brugerrådet

Aktivitetshuset

Tølløse

Nyt fra Aktivitetshuset

NYTORV 14, 4340 TØLLØSE Tlf. 7236 5327

www.aktivitetshuset-tollose.dk

Aktiviteter for alle

November 2017

AKTIVITETSKALENDER NOVEMBER

Dato	Kl.	Arrangementer
Onsdag 1.	09.00-11.30 09.45-11.45 10.00-15.00 12.00-13.00 13.00-15.00	Gymnastik v/Bodil EDB Lissi og Egon Kniple og nørkle café Stolemotion/KOL EDB Lis og Per
Torsdag 2.	09.00-11.30 09.15-11.15 10.00-12.00 09.30-12.00 12.00-16.00 13.30-14.30 13.00-16.00 14.00-16.00 15.15-17.15 15.00-17.00	Gymnastik v/Bodil Bowls Brugerrådsmøde EDB Ove Kreativt værksted Gymnastik v/Daghy Kortspil Bordtennis Syng med Irene Billard
Fredag 3.	09.00-10.00	KOL hold
Lørdag 4.		
Søndag 5.		
Mandag 6.	09.00-10.00 10.00-15.00 14.00-16.00 19.00-22.00	KOL hold Kniple og nørkle café Engelsk undervisning Skak
Tirsdag 7.	09.30-11.00 12.00-13.00 10.00-12.00 12.30-14.30 13.30-14.30 13.00-16.00 13.00-17.00 14.00-16.00 18.30-21.30	Afspænding v/Bente Stolemotion/KOL EDB Lene og Ole Tablet Lene og Mogens Gymnastik v/Daghy Whist Bridge Bordtennis Håndarbejds Café
Onsdag 8.	09.00-11.30 09.45-11.45 10.00-15.00 13.00-15.00 14.00-17.00	Gymnastik v/Bodil EDB Lissi og Egon Kniple og nørkle café EDB Lisa og Per Bankospil i Seniorforeningen

Dato	Kl.	Arrangementer
Torsdag 9.	09.00-11.30 09.15-11.15 09.30-12.00 12.00-16.00 13.30-14.30 13.00-16.00 14.00-16.00 15.00-17.00 15.15-16.15 19.30-22.00	Gymnastik v/Bodil Bowls EDB Ove Kreativt værksted Gymnastik v/Dagny Kortspil Bordtennis Billard Syng med Irene Lokalhistorisk Forening
Fredag 10.	09.00-10.00 11.00-16.00 17.30-22.00	KOL hold Yngre pensionister Ældre Sagen arrangerer spising Mortens Aften, se mere herom side 8
Lørdag 11.		
Søndag 12.	14.00-17.00	Bankospil i Støtteforeningen
Mandag 13.	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 14.	09.30-11.00 12.00-13.00 10.00-12.00 12.30-14.30 13.30-14.30 13.00-17.00 13.00-16.00 14.00-16.00 18.30-21.30	Afspænding v/Bente Stolemotion/KOL EDB Lene og Ole Tablet Lene og Mogens Gymnastik v/Dagny Bridge Whist Bordtennis Håndarbejds Café
Onsdag 15.	09.00-11.30 09.45-11.45 10.00-15.00 13.00-15.00	Gymnastik v/Bodil EDB Lissi og Egon Kniple og nørkle Café EDB Lisa og Per

Whist for damer. Hvis nogen har lyst til at spille whist, men kun for damer, så kontakt Ebbe Kring Jørgensen, Tlf.: 40595520.

AKTIVITETSKALENDER NOVEMBER

Dato	Kl.	Arrangementer
Torsdag 16.	09.00-11.30	Gymnastik v/Bodil
	09.15-11.15	Bowls
	09.30-12.00	EDB Ove
	12.00-16.00	Kreativt værksted
	13.30-14.30	Gymnastik v/Dagny
	13.00-16.00	Kortspil
	14.00-16.00	Bordtennis
	15.00-17.00	Billard
	16.15-17.15	Syng med Irene
Fredag 17.	09.00-10.00	KOL hold
Lørdag 18.		
Søndag 19.		
Mandag 20.	09.00-10.00	KOL hold
	10.00-15.00	Kniple og nørkle café
	14.00-16.00	Engelsk undervisning
	19.00-22.00	Skak
Tirsdag 21.	09.30-11.00	Afspænding v/Bente
	12.00-13.00	Stolemotion/KOL
	10.00-12.00	EDB Lene og Ole
	12.30-14.30	Tablet Lene og Mogens
	13.30-14.30	Gymnastik v/Dagny
	13.00-17.00	Bridge
	13.00-16.00	Whist
	14.00-15.30	BOWLS
	14.00-16.00	Bordtennis
18.30-21.30	Håndarbejds Café	
Onsdag 22.	09.00-11.30	Gymnastik v/Bodil
	09.45-11.45	EDB Lissi og Egon
	10.00-15.00	Kniple og nørkle Café
	13.00-15.00	EDB Lisa og Per
	14.00-17.99	Bankospil i Seniorforeningen
Torsdag 23.	09.00-11.30	Gymnastik v/Bodil
	09.15-11.15	Bowls
	09.30-12.00	EDB Ove
	12.00-16.00	Kreativt værksted
	13.30-14.30	Gymnastik v/Dagny
	13.00-16.00	Kortspil
	14.00-16.00	Bordtennis
	15.00-17.00	Billard
	16.15-17.15	Syng med Irene

Dato	Kl.	Arrangementer
Fredag 24.	09.00-10.00 11.00-16.00	KOL hold Yngre Pensionister
Lørdag 25.		
Søndag 26.		
Mandag 27.	09.00-10.00 10.00-15.00 14.00-16.00 19.00-22.00	KOL hold Kniple og nørkle café Engelsk undervisning Skak
Tirsdag 28.	09.30-11.00 12.00-13.00 10.00-12.00 12.30-14.30 13.30-14.30 13.00-17.00 13.00-16.00 14.00-15.30 14.00-16.00 14.00-16.00 18.30-21.30	Afspænding v/Bente Stolemotion/KOL EDB Lene og Ole Tablet Lene og Mogens Gymnastik v/Dagny Bridge Whist BOWLS Bordtennis Demens Cafeen Håndarbejds Café
Onsdag 29.	09.00-11.30 09.45-11.45 10.00-15.00 13.00-15.00	Gymnastik v/Bodil EDB Lissi og Egon Kniple og nørkle Café EDB Lisa og Per
Torsdag 30.	09.00-11.30 09.15-11.15 09.30-12.00 12.00-16.00 13.30-14.30 13.00-16.00 14.00-16.00 15.00-17.00 16.15-17.15	Gymnastik v/Bodil Bowls EDB Ove Kreativt værksted Gymnastik v/Dagny Kortspil Bordtennis Billard Syng med Irene

Bowls starter på forsøgsbasis torsdage kl. 09.15-11.15 i cafeen. Tovholder: Wivi Dohmann, tlf.: 25731497, mail: wivi.dohmann@gmail.com

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

Høreapparater virker kun optimalt, når de bliver løbende vedligeholdet.

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.

Ældre @ Sagen

Mortens Aften, fredag den 10. november kl. 17.30 er der fællesspisning i Aktivitetshuset. Der serveres andesteg med 1 glas rødvin, kaffe og æblekage, der bydes også på hyggemusik. Pris kr. 125, der er tilmelding i Aktivitetshuset den 30., 31. oktober og 1. november kl. 10.00-12.00.

Ældre Sagen i Tølløse oplyser:

Har du lyst til at spise sammen med andre?
Så er der mulighed for det i

Aktivitetshusets Cafe, Nytorv, Tølløse

Frivillige fra Ældre Sagen kan evt. være behjælpelig med transport / følgeskab.

Er man i forvejen bevilget mad fra Holbæk Kommune, kan den spises i cafeen

Onsdag i lige uger - kl. 11.30

Er man ikke bevilget mad fra kommunen koster det kr. 61.00 pr. gang.

Efter spisningen vil der være kaffe, småkager og hyggeligt samvær.

Tilmelding til Lena Agerskov, tlf. 20 84 63 38
Senest 5 dage før

Lokalhistorisk Forening for Tølløse Egnen afholder foredrag Torsdag den 9. november, kl. 19.30 i Aktivitetshuset. Historiker Carsten Egø besøger foreningen med foredraget om: 100 året for salget af De Dansk Vestindiske øer, øernes historie og den danske slavehandel. I cirka 250 år var Danmark kolonimagt i Caribien. I dette tidsrum havde Danmark herredømmet over 3 øer i området, Sankt Thomas, Sankt Jan og Sankt Croix. På øerne dyrkede man bomuld og ikke mindst sukkerrør, som i perioder var en yderst indbringende forretning. Arbejdet i plantagerne blev udført af afrikanske slaver, indkøbt fra de danske kolonier i Afrika i stort antal. Carsten Egø er en særdeles levende foredragsholder, som ofte har opholdt sig på øerne og derfor kan ledsage foredraget med mere en 100 billeder fra fortid og nutid.

Nye tider!!!! Kom og syng med Irene

Syng og bliv glad! Vi synger hver torsdag fra kl. 16.15-17.15 i caféen i Aktivitetshuset.

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

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

Alle er velkommen - også dem der kun vil lytte. Husk, at det er meget sundt for krop sjæl at synge.

Ingen tilmelding, det er helt gratis. Håber, vi vi ses.

Kærligst Irene Kurtzweil, tlf.: 24 66 07 67



og

og

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 alarmerne installeres, og der bliver indkaldt til introduktion og uddeling af nøglebrik.

Tovholderne er ansvarlig for at reservere de lokaler, der er brug for med start- og sluttid. Reservationen skrives ind i kalenderen- se husreglerne som hænger ved siden af reservationskalenderen.

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

Afspænding v/Bente Mentz: Tlf.: 59180018.

Mail: starupmentz@gmail.com

Billard: Tovholder, Hans Jørgen Larsen: Mobil: 29939531

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

Bowls: Tovholder, Wivi Dohlmann, tlf.: 25731497,
mail: wivi.dohlmann@gmail.com

Bridge: Tovholdere, Kontakt Anne-Lise Reedtz, mobil: 40531944 el-
ler 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: Tovholder, Carsten Kristoffersen: Bakkedraget 14.
Tlf.: 31424884. Mail: ck@kristoffs.dk

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

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

Gymnastik v/Dagny: Tovholder, Annie Andersen, mobil 60665703.

Håndarbejds Café: Tovholder, Marianne Sørensen. Mobil: 30684929,
mail: oestergade121ms@gmail.com.

Kortspil: Tovholder, Arne Jensen, tlf.: 15148133.

Kniple og Nørkle Café: Tovholdere, Aase Strandberg, Tlf.: 59180355 mo-
bil :61330681. Mail: aasestrand@mail og Connie Pedersen, mobil :
51942648. mail: connie.marts@hotmail.com

KOL hold: Tovholder, Rudy Johansen, mobil: 30298514, mail:

AKTIVITETERNES KONTAKTPERSONER

Kreativ værksted: Tovholdere, Kirsten Stormly, tlf.: 25667144.

Mail: haeklerier@gmail.com.

Lisa Olsen, Tlf.: 50954826. Mail: lisa.o@mail.dk.

Marianne Sørensen. Tlf.: 30684929. Mail: oestergade121ms@gmail.com

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

Læsekreds: Tovholder, Ester Rasmussen, Tlf.: 59180171, mobil: 29128055

Nimbusforeningen: Tovholder, Lisbeth Hyllested. Tlf.: 40474292

Seniorer for Tølløse, Soderup og Eskilstrup: Tovholder, 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@woomail.dk

Stolemotion/KOL: Tovholder, Marianne Bundgaard.

Tlf.: 72362366

Støtteforeningen Aktivitetshusets venner for åbne brugere:

Formand Ole F. Olsen tlf.: 59185251, mobil 21484721.

Mail: oleol@post2.tele.dk

Syng med Irene: Tovholdere, Irene Kurtzweil , Tlf.: 24660767 og Mogens Jørgensen, Tlf.: 21629870.

Whist: Tovholder Jacob Østergaard, tlf.: 53292384.

Yngre pensionister: Tovholder, Karen Andersen, Tlf.: 26801754

Mail: karen@andersen.mail.dk

Ældre Sagens Demens Café: Tovholder, Ninna Krabbe Andersen,

Tlf.: 23399991. Mail: ninnakrabbe@live.dk

Ældre Sagen: Tovholder, Ninna Krabbe Andersen,

Tlf.: 23399991. Mail: ninnakrabbe@live.dk

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
Lissi Kring Jørgensen, redaktør

EDB Udvalg

Niels Sørensen
Carsten Kristoffersen

**Vaccinations-
dagen**

Niels Sørensen

**Praktiske
Opgaver**

Henning Hoff Nielsen
Karen Abrahamsson

Lørdag den 30. september afholdt Brugerrådet høstfest i Aktivitetshuset, der blev budt på lækker 3 retters menu med kaffe og kransekage. Stemningen var høj og snakken gik mellem bordene og alle sang med på sangene fra sanghæftet der lå ved hver kuvert. Dennis Batiste sang og spillede og der blev danset til den dejlige musik. En rigtig god og vellykket fest.

Et enkelt billede fra festen.



Brugerrådets medlemmer:

Formand Erik Jensen : Tølløsevej 246.

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

Aktivitetsvejleder: Jean Nielsen, tlf.: 72365389,

mail: jkn@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.

Henvendelse vedr. spisning på Cafeen på telefon 72365376.

Priser

Pris hvis Madservice i eget hjem er:

		Bevilget	Ikke 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.
	Franskrød/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.

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.

**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 kommer.

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

**Brugerrådet inviterer alle brugere af
Aktivitetshuset i Tølløse til**

JULEFROKOST

**Fredag den 8. december 2017
kl.12.30 i Aktivitetshuset.**

**Underholdning: Sang og musik
v/Dennis Batiste**

Der vil blive fortalt julehistorie.

Pris: Kr. 150,00.

**Tilmelding til Ebbe Kring, tlf.:
40595520,
mail: ebbekring@gmail.com
eller ved indbetaling på konto:
0521 0000190442**

**Senest tilmelding torsdag den
16. november.
Vel mødt i Aktivitetshuset fredag den
8. december
Fest- og Turudvalget**

Der er oprettet en læsekreds i Aktivitetshuset, holdet er desværre lukket for flere, da det er begrænset hvor mange, der kan være i en læsekreds, hvis alle skal kunne komme til orde. Men hvis andre har lyst til at starte op på en ny læsekreds er I velkommen til at kontakte **Ester Rasmussen, Tlf.: 59180171, mobil: 29128055**. Ester vil være behjælpelig med gode råd om, hvordan man kan gribe det an med opstart af en ny læsekreds.

Nødråb!

Husk at lukke alle vinduerne, når I forlader lokalerne. Ellers har dem, der ikke har noget at gøre i huset fri adgang om aftenen og natten.

Aktivitetshusets Støtteforening har arrangeret juletur den 27. til 28. november 2017.

Der er stadig ledige pladser, så hvis du vil med, kan du nå det endnu. Sidste tilmelding fredag den 17. november. Kontakt Bodil Okkerholm, tlf.: 30507551.

Nu er Halloween "feberen" over os, her er lidt information om Halloween:

Græskar, lækkerier og hekse. Hvorfor kommer alt dette frem ved Halloween? Og hvorfor lige nøjagtig den sidste dag i oktober? Her får du svar på noget, du måske ikke ved om Halloween.

Halloween er en overgangsfest mellem sommer og vinter. Et velkommen til vinteren og et farvel til sommeren.

Sommeren går i vinterdvale og fortjener en tak med ønsker om en frugtbar tilbagevenden. Altså en ældgammel taksigelsesfest.

I ældre norrøn tradition og keltisk folketro er Halloween en nytårsmarkering.

Hvorfor hedder det Halloween?

Det gør det, fordi det er aften før allehelgendsdag, Tidligere var det den første søndag i november.

Allehelgendsdag er en mindedag for afdøde slægtninge og venner, og det markeres med lys, blomster og omtanke på landets kirkegårde.

Reformationsdagen 31. oktober er Halloween's religiøse konkurrent.

Den moderne måde at fejre Halloween på kom frem for omkring 150 år siden i USA.

Det var først omkring år 2000, at traditionen rigtig kom til Norden.

Og Harry Potter-filmene om trolddom og folk på flyvende koste har formentlig en stor del af æren.

Halloweentraditionens oprindelse finder vi blandt irske og britiske indvandrere i USA i midten af 1800-tallet.

De tog en lang hedensk og kristen tradition, som var knyttet til død og genfødsel, med sig.

Fejrer man Halloween over hele verden?

Det fejres først og fremmest i USA, Mexico og Europa, men er godt på vej til at blive verdensomspændende.

Vi bevæger os mod en globaliseret, multikulturel Halloween.

I Tivoli bliver der hvert år kåret et kæmpe Halloween græskar, blandt flere indleveret store græskar.

Vinderen i år blev Jørgen Øllegaard Jensens fra Nørre Nebel. Græskaret vejede næsten et halv ton. Her forsøger Pjerrot at løfte det vindende græskar.



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. 8.00 -9.30 og 10.00 -16.00

Tirsdage: kl. 8.00- 14.00 og 14.30-16.00

Onsdage: kl. 10.30-16.00

Torsdage: kl. 9.00-14.00 og 14.30-16.00

Fredage: kl. 10.00-16.00

Vær opmærksom!!!
Nye træningstider for fritræning.

Ved spørgsmål kan følgende kontaktes:

Aktivitetsvejleder, Jean Nielsen, tlf.: 72365389,
mail: jkn@holb.dk

Den 3. august var der influenza vaccination i Aktivitetshuset. 121 personer blev vaccineret og til information kan oplyses, at for hver person, der bliver vaccineret bliver der givet et beløb til UNICEF. Så man har gør en god gerning ved at lade sig vaccinere i Aktivitetshuset.