



# **Nyt fra Aktivitetshuset**

**NYTORV 14, 4340 TØLLØSE**

**[www.aktivitetshuset-tollose.dk](http://www.aktivitetshuset-tollose.dk)**

**Juni 2018**

# Aktivitetskalender juni 2018

<b>Dato</b>	<b>Kl.</b>	<b>Arrangementer</b>
<b>Fredag 1.</b>		
<b>Lørdag 2.</b>		
<b>Søndag 3.</b>		
<b>Mandag 4.</b>	09.00-10.00 10.00-15.00 14.00-16.00 19.00-22.00	KOL hold v/Rudy Kniple og nørkle café <b>Sommerferie Engelsk</b> <b>Sommerferie skak</b>
<b>Tirsdag 5.</b>	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	<b>Sommerferie afspænding v/Bente</b> Stolemotion/KOL <b>Sommerferie EDB Lene og Ole</b> <b>Sommerferie tablet Lene og Mogens</b> <b>Sommerferie juli og august gymnastik v/Dagny</b> Bridge <b>Sommerferie whist</b> Bordtennis Håndarbejds Café
<b>Onsdag 6.</b>	09.00-11.30 09.45-11.45 10.00-15.00 13.00-15.	<b>Sommerferie gymnastik v/Bodil</b> <b>Sommerferie EDB Lissi og Egon</b> Kniple og nørkle Café <b>Sommerferie EDB Lisa og Per</b>
<b>Torsdag 7.</b>	09.00-10.00 09.00-11.30 09.15-11.15 09.30-12.00 10.00-12.00 12.00-16.00 13.30-14.30  13.00-16.00 14.00-16.00 13.00-17.00 16.00-17.00 19.00-22.00	KOL hold v/Rudy <b>Sommerferie gymnastik v/Bodil</b> <b>Sommerferie bowls</b> <b>Sommerferie EDB Ove</b> Brugerrådsmøde Kreativt værksted <b>Sommerferie juli og august gymnastik v/Dagny</b> <b>Sommerferie kortspil</b> Bordtennis Billard <b>Sommerferie Syng med Irene</b> Dansk Slægtshistorisk Forening
<b>Fredag 8.</b>	11.00-16.00	Yngre Pensionister
<b>Lørdag 9.</b>		

<b>Dato</b>	<b>Kl.</b>	<b>Arrangementer</b>
<b>Søndag 10.</b>		
<b>Mandag 11.</b>	09.00-10.00 10.00-15.00 14.00-16.00 19.00-22.00	KOL hold v/Rudy Kniple og nørkle café <b>Sommerferie engelsk</b> <b>Sommerferie skak</b>
<b>Tirsdag 12.</b>	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	<b>Sommerferie afspænding v/Bente</b> Stolemotion/KOL <b>Sommerferie EDB Lene og Ole</b> <b>Sommerferie tablet Lene og Mogens</b> <b>Sommerferie juli og august gymnastik</b> v/Dagny <b>Bridge</b> <b>Sommerferie whist</b> Bordtennis Håndarbejds Café
<b>Onsdag 13.</b>	09.00-11.30 09.45-11.45 10.00-15.00 10.00-15.00	<b>Sommerferie gymnastik v/Bodil</b> <b>Sommerferie EDB Lissi og Egon</b> Kniple og nørkle Café <b>Sommerferie EDB Lisa og Per</b>
<b>Torsdag 14.</b>	09.00-10.00 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 13.00-17.00 16.00-17.00	KOL hold v/Rudy <b>Sommerferie gymnastik v/Bodil</b> <b>Sommerferie bowls</b> <b>Sommerferie EDB Ove</b> Kreativt værksted <b>Sommerferie juli og august gymnastik</b> v/Dagny <b>Sommerferie kortspil</b> Bordtennis Billard <b>Sommerferie syng med Irene</b>
<b>Fredag 15.</b>		
<b>Lørdag 16.</b>		

<b>Dato</b>	<b>Kl.</b>	<b>Arrangementer</b>
<b>Søndag 17.</b>		
<b>Mandag 18.</b>	09.00-10.00 10.00-15.00 14.00-16.00 19.00-22.00	KOL hold v/Rudy Kniple og nørkle café Sommerferie engelsk Sommerferie skak
<b>Tirsdag 19.</b>	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	Sommerferie afspænding v/Bente Stolemotion/KOL Sommerferie EDB Lene og Ole Sommerferie tablet Lene og Mogens Sommerferie juli og august gymnastik v/Dagny Bridge Sommerferie whist Bordtennis Håndarbejds Café
<b>Onsdag 20.</b>	09.00-11.30 09.45-11.45 10.00-15.00 13.00-15.00	Sommerferie gymnastik v/Bodil Sommerferie EDB Lissi og Egon Kniple og nørkle Café Sommerferie EDB Lisa og Per
<b>Torsdag 21.</b>	09.00-10.00 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 13.00-17.00 16.00-17.00	KOL hold v/Rudy Sommerferie gymnastik v/Bodil Sommerferie bowls Sommerferie EDB Ove Kreativt værksted Sommerferie juli og august gymnastik v/Dagny Sommerferie kortspil Bordtennis Billard Sommerferie syng med Irene
<b>Fredag 22.</b>	11.00-16.00	Yngre Pensionister
<b>Lørdag 23.</b>		
<b>Søndag 24.</b>		

<b>Dato</b>	<b>Kl.</b>	<b>Arrangementer</b>
<b>Mandag 25.</b>	09.00-10.00 10.00-15.00 14.00-16.00 19.00-22.00	KOL hold v/Rudy Kniple og nørkle café Sommerferie engelsk Sommerferie skak
<b>Tirsdag 26.</b>	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	Sommerferie afspænding v/Bente Stolemotion/KOL Sommerferie EDB Lene og Ole Sommerferie tablet Lene og Mogens Sommerferie juli og august gymnastik v/Dagny Bridge Sommerferie whist Bordtennis Håndarbejds Café
<b>Onsdag 27.</b>	09.00-11.30 09.45-11.45 10.00-15.00 13.00-15.00	Sommerferie gymnastik v/Bodil Sommerferie EDB Lissi og Egon Kniple og nørkle Café Sommerferie EDB Lisa og Per
<b>Torsdag 28.</b>	09.00-10.00 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 13.00-17.00 16.00-17.00	KOL hold v/Rudy Sommerferie gymnastik v/Bodil Sommerferie bowls Sommerferie EDB Ove Kreativt værksted Sommerferie juli og august gymnastik v/Dagny Sommerferie kortspil Bordtennis Billard Sommerferie syng med Irene
<b>Fredag 29.</b>		
<b>Lørdag 30.</b>		

## **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](http://www.batterier.oticon.dk). Ordrer modtaget inden kl. 12 ekspederes samme dag, og bestillingen leveres direkte til hjemmearbejdsskedsadresse.

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

På mail til [batterier@oticon.dk](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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.

## **BOWLS**

BOWLS holder ferie i maj, juni, juli og august måned.  
Opstart igen torsdag den 6. september.

**Tølløse Skakklub** holder ferie fra den 30. april til den 20. august.  
God ferie

**Syng med Irene** holder sommerferie fra den 24. maj, og  
starter op igen den 20. september.

I støtteforeningen for seniorerne er der ingen aktiviteter i juni og  
juli måned. Foreningen ønsker alle en god sommer.

Den 13. juni afholder Ældresagen bustur til Thorsvang Museum  
i Stege, hvor man kan opleve verden af i går. Man kan gå en tur  
gennem de gamle butikker og værksteder..

Pris for medlemmer kr. 350, for ikke medlemmer kr. 400.  
Der er stadig ledige pladser.

Tilmelding til Lena Agerskov, tlf.: 20846338 eller til  
Jakob Østergaard, tlf.: 59285809.



Tag med Støtteforeningen Aktivitetshusets Venner for åbne brugere på tur til Den gamle by, i Aarhus torsdag d. 23. august 2018, kl. 08.30.

Pris: kr. 200, incl. entre til Den Gamle By, hvor du kan se Dronning Margrethes kjoler udstillet i Møntmesterhuset.

Vi kører med St. Grandløses 56 personers bus via Storebæltsbroen.

Program:

Afgang kl. 08.30 fra Tølløse Hallens parkeringsplads.

Afgang kl. 08.35 fra Fakta.

Afgang kl. 08.40 fra Aktivitetshuset, Nytorv 14,  
4340 Tølløse.

Bussen kører via Storebæltsbroen til Aarhus, hvor vi ankommer til Den Gamle By til middag. For at billiggøre turen er det uden mad, så medbring en madpakke. Mad kan købes i Den Gamle By. Der kan købes vand og øl i bussen.

Busafgang fra Den Gamle By, når der lukkes kl. 17.00. Der beregnes en pause på hjemturen ved Ejer Baunehøj rasteplads, hvor der kan købes mad.

Forventet hjemkomst i Tølløse, kl. ca. 22.00.

Tilmelding og forudbetaling er nødvendigt for, at reservere de nummererede pladser i bussen, til Bodil Okkerholm, Ljungbyvej 2, 4340 Tølløse, tlf. 59185251, mobil tlf. 30507551.

Husk tilmelding senest søndag d. 2. august 2018 til bankospillet.

Vent ikke for længe med at tilmelde dig til turen – begrænset antal pladser i bussen. Hvis der er pladser tilbage, kan de købes ved påstigning i bussen, hvis de er reserveret i forvejen hos Bodil Okkerholm.

Vi håber, at det bliver en hyggelig fælles tur for venner og brugere af Aktivitetshuset.

På bestyrelsens Vegne

Bodil Okkerholm

## **Nyt fra Brugerrådet:**

Nyt fra aktivitetshuset udgives af Brugerrådet for Aktivitetshuset i Tølløse.

Ansvarshavende redaktør er formand for Brugerrådet, Erik Jensen.

Forsidens foto er taget af Ejlif Rude Jensen

### **Kommende arrangementer i Aktivitetshuset:**

Den 31. august er der åbent hus arrangement kl. 14.00-17.00 for alle nuværende og kommende brugere af huset.

Den 28. september kl. 17.30 afholder vi høstfest.

Den 7. december kl. 12.30 er der julefest i huset.

Aktivitetshusets årsmøde afholdes den 27. februar 2019 kl. 10.00

Husk at sætte disse datoer i din kalender og kom og vær med til at gøre disse dage festlige.

Tovholderne indkaldes til møde torsdag den 6. september kl. 12.00-14.00.

På Brugerrådets vegne  
Fest- og turudvalget

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 nu installeret, og hvis man ønsker en nøglebrik, skal man henvende sig til aktivitetsvejleder Jean Nielsen, tlf.: 72365389.

**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.

Mail: reedtz@gmail.com, eller Henning Hoff Nielsen, mobil: 22547481.

Mail: hnhhoff@gmail.com.

**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.

Mail: nwh@post8.tele.dk.

**Gymnastik v/Bodil:** Tovholder, Bodil Okkerholm, tlf.: 59185251,

mobil: 30507551. Mail: bodilokkerholm@post9.tele.dk.

**Gymnastik v/Dagney:** Tovholder, Annie Andersen, mobil 60665703.

Mail: annie.andersen15@gmail.com.

**Håndarbejds Café:** Tovholdere, Marianne Sørensen. Mobil: 30684929,

mail: oestergade121ms@gmail.com.

Marie Henriksen, mobil: 25774026, mail: henriksen2010@gmail.com

**Kortspil:** Tovholder, Arne Jensen, tlf.: 25148133.

Mail: kajensen@vip.cybercity.dk.

**Kniple og Nørkle Café:** Tovholdere, Aase Strandberg, Tlf.: 59180355,

mobil :61330681. Mail: aasestrand@gmail.com og Connie Pedersen,

mobil : 51942648. Mail: connie.marts@hotmail.com

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

mail: rujo@privat.dk

## 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. Tovholder, Kirsten Lousdal. Tlf. 21904007. Mail: 4350kbl@gmail.com.

**Læsekrede:** Tovholder, Ester Rasmussen, Tlf.: 59180171, mobil: 29128055.

**Nimbusforeningen:** Tovholder, Lisbeth Hyllested. Tlf.: 40474292.

Mail: jens.h@privat.dk.

**Redaktør af Aktivitethusets blad:** Lissi Kring Jørgensen, tlf. 25154960,

Mail: ahusblad@gmail.com.

**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@waoomail.dk

**Stolemotion/KOL:** Kun for visiterede borgere.

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,

mail: kurtzweil.hvid@mail.tele.dk og Mogens Jørgensen,

Tlf.: 21629870, mail: mogenshjo@gmail.com.

**Whist:** Tovholder Jacob Østergaard, tlf.: 53292384.

Mail: oestergaard1942@hotmail.com.

**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. Bente Lykke Jacobsen,

Tlf.: 23467425. Mail.: lykke4340@pc.dk

**Ældre Sagen:** Tovholder, Birgitte Knudsen, Tlf.: 23932859.

Mail: hjortholm1bk@gmail.com

**Aktivitetsvejleder, Jean Nielsen:**

Tlf.: 72365389. Mail: jkn@holb.dk

# Brugerrådet har oprettet følgende udvalg:

---

## **Fest/Tur udvalg**

Ebbe Kring Jørgensen, tovholder  
Henning Hoff Nielsen  
Birgit Klarskov  
Henning Petersen

## **Blad udvalg**

Niels Sørensen, tovholder  
Mogens Jørgensen  
Lissi Kring Jørgensen, redaktør

## **EDB udvalg**

Carsten Kristoffersen, tovholder  
Niels Sørensen

## **Vaccinations- dagen**

Niels Sørensen

## **Praktiske opgaver**

Henning Hoff Nielsen  
Henning Petersen  
Birgit Klarskov

## **Kontakt persen for tovholderne**

Niels Sørensen, tlf.: 59657242/23200223.  
Mail: oestergade121@gmail.com

## Brugerrådets medlemmer:

**Formand Erik Jensen :** Tølløsevej 246.  
Tlf.: 59188302 / 40413433. Mail: [langholmmsgaard@mail.dk](mailto:langholmmsgaard@mail.dk)

**Næstformand Ebbe Kring Jørgensen:** Gl. Tadrevej 5, Tlf.: 40595520.  
Mail: [ebbekring@gmail.com](mailto:ebbekring@gmail.com)

**Kasserer Niels Sørensen:** Østergade 121.  
Tlf.: 59657242 / 23200223. Mail: [oestergade121@gmail.com](mailto:oestergade121@gmail.com)

**Rådsmedlem Birgit Klarskov:** Duevej 4. Tlf.: 59186483/23803040.  
Mail: [bkpe@godmail.dk](mailto:bkpe@godmail.dk)

**Rådsmedlem Carsten Kristoffersen:** Bakkedraget 14. Tlf.: 31424884.  
Mail: [ck@kristoffs.dk](mailto:ck@kristoffs.dk)

**Rådsmedlem Henning Hoff Nielsen:** Plantagevænget 10. tlf.: 22547481.  
Mail: [hnhhoff@gmail.com](mailto:hnhhoff@gmail.com)

**Rådmedlem Marina Vijngard:** Østergade 20. Tlf.. 59185841.  
Mail: [marina@tollose.dk](mailto:marina@tollose.dk)

**Rådsmedlem Kirsten Thomassen:** Vestergade 60B.  
Tlf.: 59185712 / 30275712. Mail: [kit-fm@mail.dk](mailto:kit-fm@mail.dk)

**Rådsmedlem Henning Petersen:** Stengårdsvej 14.  
Tlf.: 59194141. Mail: [ehp@pc.dk](mailto:ehp@pc.dk).

**Suppleant Bente Lykke Jacobsen:** Hortholmvej 61. Tlf.: 23467425.  
Mail: [lykke4340@pc.dk](mailto:lykke4340@pc.dk)

**Suppleant Flemming Colbe:** Holtevej 52. Tlf.: 30460167.  
Mail: [fco@dlgtele.dk](mailto:fco@dlgtele.dk).

**Bilagskontrollant Mogens H. Jørgensen:** Søndermarken 44.  
Tlf.: 21629870. Mail: [mogenshjo@gmail.com](mailto:mogenshjo@gmail.com)

**Billagskontrollant/suppleant Ole Olsen:** Ljungbyvej 3. Tlf.: 59185251 / 21484721. Mail: [oleol@post9.tele.dk](mailto:oleol@post9.tele.dk).

**Aktivitetsvejleder: Jean Nielsen, tlf.: 72365389,**  
**mail: [jkn@holb.dk](mailto:jkn@holb.dk)**

**Repræsentant for Ældrerådet, Dorte Hendrich:** Tlf.: 40302005  
Mail: [dortehendrich@gmail.com](mailto:dortehendrich@gmail.com).



## 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 bilet (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.**

<b>Priser</b>			
<b>Pris hvis Madservice i eget hjem er:</b>		<b>Bevilget</b>	<b>Ikke Bevilget</b>
<b>Pensionister:</b>	Hovedret	49,50 kr.	62,00 kr.
	Bilet	18,00 kr.	23,00 kr.
	Hovedret + bilet	59,00 kr.	74,00 kr.
<b>Pårørende:</b>	Hovedret		62,00 kr.
	Bilet		23,00 kr.
	Hovedret + bilet		74,00 kr.
<b>Ekstra:</b>	Smørrebrød	14,00 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	63,50 kr.	78,00 kr.
	Lagkage	159,50 kr.	195,50 kr.
	1 kande kaffe (skal bestilles)	32,00 kr.	40,00 kr.
	1 kande te (skal bestilles)	26,00 kr.	32,00 kr.
	Øl inkl. Pant	13,00 kr.	15,50 kr.
	Sodavand 0,25 l. inkl. Pant	8,50 kr.	10,50 kr.
	Sodavand 0,50 l. inkl. pant	15,00 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:

Menu 1 kan bestilles/afbestilles 3 dage før.

Menu 2 kan bestilles/afbestilles 14 dage før.

Alle er velkommen til at henvende sig i Cafeen og tale med personalet om bestilling af retterne.

Smørrebrød kan bestilles eller afbestilles 5 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

## 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. 10.00-14.00 og 14.30-16.00

Fredage: kl. 08.00-16.00

Ved spørgsmål kan følgende kontaktes:

**Aktivitetsvejleder, Jean Nielsen, tlf.: 72365389,  
mail: [jkn@holb.dk](mailto:jkn@holb.dk)**

### Nødråb!

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