



Nyt fra Aktivitetshuset

NYTORV 14, 4340 TØLLØSE

www.aktivitetshuset-tollose.dk

Marts 2020

Aktivitetskalender marts 2020

Dato	Kl.	Arrangementer
Søndag 1.	14.00-16.00	Årsmøde i Ældre Sagen
Mandag 2.	09.00-10.00 09.00-11.00 10.00-12.00 10.00-15.00 14.00-16.00 14.00-16.00 19.00-22.00	KOL hold v/Kirsten Bowls Billard Kniple og nørkle café Engelsk Bowls Skak
Tirsdag 3.	09.00-11.00 10.00-12.00 10.00-12.00 12.30-14.30 13.00-17.00 14.00-16.00 18.30-21.30	Afspænding v/Bente EDB Lene og Ole Tablet Lene Tablet Lene og Mogens Bridge Bordtennis Håndarbejds Caféen
Onsdag 4.	09.00-11.30 09.45-11.45 10.00-11.45 12.00-14.00 13.00-15.00 10.00-16.00 14.00-16.00	Gymnastik v/Bodil EDB Mogens og Egon Brugerrådsmøde Tovholdermøde EDB Per Glaskunst Billard
Torsdag 5.	09.00-10.00 09.00-11.30 09.00-11.00 12.00-16.00 13.00-14.00 13.00-16.00 14.00-16.00 16.00-17.00 13.00-17.00 14.00-16.30	KOL hold v/Kirsten Gymnastik v/Bodil Bowls Kreativt værksted Gymnastik v/Dagny Kortspil Bordtennis Fællessang med Ældre Sagen Billard Læsekreds
Fredag 6.	11.00-16.00	Yngre pensionister
Lørdag 7.	09.30-15.00	Glaskunst
Søndag 8.	14.00-17.00	Støtteforeningen, generalforsamling samt et helt bankospil

Dato	Kl.	Arrangementer
Mandag 9.	09.00-10.00 09.00-11.00 10.00-15.00 10.00-12.00 14.00-16.00 14.00-16.00 19.00-22.00	KOL hold v/Kirsten Bowls Kniple og nørkle café Billard Engelsk Bowls Skak
Tirsdag 10.	09.00-11.00 10.00-12.00 10.00-12.00 12.30-14.30 13.00-17.00 14.00-16.00 18.30-21.30	Afspænding v/ Bente EDB Lene og Ole Tablet Lene Tablet Lene og Mogens Bridge Bordtennis Håndarbejds caféen
Onsdag 11.	09.00-11.30 09.45-11.45 10.00-13.30 13.00-15.00 10.00-16.00 14.00-16.00 14.00-17.00	Gymnastik v/Bodil EDB Mogens og Egon Skosalg EDB Per Glaskunst Billard Banko seniorerne
Torsdag 12.	09.00-10.00 09.00-11.30 09.00-11.00 12.00-16.00 13.00-14.00 13.00-16.00 14.00-16.00 16.00-17.00 13.00-17.00 19.30-22.00	KOL hold v/Kirsten Gymnastik v/Bodil Bowls Kreativt værksted Gymnastik v/Dagny Kortspil Bordtennis Fællessang med Ældre Sagen Billard Lokalhistorisk Forening generalfor- samling
Fredag 13.	11.00-16.00	Yngre pensionister
Lørdag 14.		
Søndag 15.		
Mandag 16.	09.00-10.00 09.00-11.00 10.00-12.00 10.00-15.00 14.00-16.00 14.00-16.00 19.00-22.00	KOL hold v/Kirsten Bowls Billard Kniple og nørkle café Engelsk Bowls Skak

Dato	Kl.	Arrangementer
Tirsdag 17.	09.00-11.00 10.00-12.00 10.00-12.00 12.30-14.30 13.00-17.00 14.00-16.00 18.30-21.30	Afspænding v/ Bente EDB Lene og Ole Tablet Lene Tablet Lene og Mogens Bridge Bordtennis Håndarbejds caféen
Onsdag 18.	09.00-11.30 09.45-11.45 13.00-15.00 10.00-16.00 14.00-16.00	Gymnastik v/Bodil EDB Mogens og Egon EDB Per Glaskunst Billard
Torsdag 19.	09.00-10.00 09.00-11.30 09.00-11.00 12.00-16.00 13.00-14.00 13.00-16.00 14.00-16.00 16.00-17.00 13.00-17.00 14.00-19.30	KOL hold v/Kirsten Gymnastik v/Bodil Bowls Kreativt værksted Gymnastik v/Dagny Kortspil Bordtennis Fællessang med Ældre Sagen Billard Læsekreds
Fredag 20.	10.00-12.00 11.00-16.00 17.00-19.30	Brunch Yngre pensionister Høreforeningen caféhygge
Lørdag 21.		
Søndag 22.		
Mandag 23.	09.00-10.00 09.00-11.00 10.00-15.00 10.00-12.00 14.00-16.00 14.00-16.00 19.00-22.00	KOL hold v/Kirsten Bowls Kniple og nørkle café Billard Engelsk Bowls Skak
Tirsdag 24.	09.00-11.00 10.00-12.00 10.00-12.00 12.30-14.30 13.00-17.00 14.00-16.00 18.30-21.30	Afspænding v/Bente EDB Lene og Ole Tablet Lene Tablet Lene og Mogens Bridge Bordtennis Håndarbejds Caféen

Dato	Kl.	Arrangementer
Onsdag 25.	09.00-11.30 09.45-11.45 13.00-15.00 10.00-16.00 14.00-16.00 14.00-17.00	Gymnastik v/Bodil EDB Mogens og Egon EDB Per Glaskunst Billard Banko seniorerne
Torsdag 26.	09.00-10.00 09.00-11.30 09.00-11.00 12.00-16.00 13.00-14.00 13.00-16.00 14.00-16.00 16.00-17.00 13.00-17.00	KOL hold v/Kirsten Gymnastik v/Bodil Bowls Kreativt værksted Gymnastik v/Dagny Kortspil Bordtennis Fællessang med Ældre Sagen Billard
Fredag 27.	11.00-16.00	Yngre pensionister
Lørdag 28.		
Søndag 29.		
Mandag 30.	09.00-10.00 09.00-11.00 10.00-15.00 10.00-12.00 14.00-16.00 14.00-16.00 19.00-22.00	KOL hold v/Kirsten Bowls Kniple og nørkle café Billard Engelsk Bowls Skak
Tirsdag 31.	09.00-11.00 10.00-12.00 10.00-12.00 12.30-14.30 13.00-17.00 14.00-16.00 14.00-16.00 18.30-21.30	Afspænding v/Bente EDB Lene og Ole Tablet Lene Tablet Lene og Mogens Bridge Bordtennis Ældresagens demenscafé Håndarbejds Caféen

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

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.

Høreforening orienterer:

CAFEHYGGE

Fredag den 20 marts kl. 17-19.30

er der cafe hygge i aktivitetshuset

for alle, især også for efterlønnere, pensionister.

Der er mulighed for at få en snak om hørelse,

høreapparater, tinnitus osv.

Vi hygger os med gratis kaffe/the.

(der er mulighed for at købe ostemad for 15 kr. stk.)



**Brugerrådet inviterer til
Marts Brunch
i
Aktivitetshuset**

Fredag d. 20. marts kl. 10 – 12



**Kom og nyd fællesskabet og en dejlig brunch.
Prisen er 60 kr. pr. person**

Bindende tilmelding senest mandag d. 16. marts.

**Indbetal kr. 60,- på MobilePay 18599
Eller ved bankoverførsel til reg. 0521, konto 000190442**

Hvis du har spørgsmål ring mobil 23200223

Husk:

**Angiv venligst telefonnummer og navn
Og hvis der betales for flere, at anføre hvem betalingen gælder for.**

**Vi sælger billetter
Mandag d. 16. marts i Aktivitetshuset Kl. 10 – 12**

Brugerrådet

Nyt fra Brugerrådet:

Aktivitetshuset – Brugerrådets arrangementer og møder i 2020 / 2021

<u>Arrangement</u>	<u>Dato</u>	<u>Tid</u>
2020		
Brunch	Fredag d. 24. januar	10.00 – 12.00
Brunch	Fredag d. 20. marts	10.00 – 12.00
Bustur til Bogense/ Rosenfestival	Lørdag d. 1. august	09.00 – 17.00
Åbent Hus	Fredag d. 28. august	14.00 – 16.00
Høstfest	Fredag d. 25. september	17.30 – 22.30
Brunch	Fredag d. 9. oktober	10.00 – 12.00
Brunch	Fredag d. 6. november	10.00 – 12.00
Bustur-Jul i Tivoli	Onsdag d. 25. november	14.30 – 21.30
Julefrokost	Fredag d. 4. december	12.30 – 17.30

Brugerrådet afholder ordinære møder:

2020		
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 8. januar	10.00 – 12.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 5. februar	10.00 - 12.00
Årsmødet	Onsdag d. 26. februar	10.00 – 11.30
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 26. februar	11.30 – 12.30
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 4. marts	10.00 – 11.45
Tovholdermøde	Onsdag d. 4. marts	12.00 – 14.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 1. april	10.00 – 12.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 6. maj	10.00 – 12.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 3. juni	10.00 – 12.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 5. august	10.00 – 12.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 2. september	10.00 – 11.45
Tovholdermøde	Onsdag d. 2. september	12.00 – 14.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 7. oktober	10.00 – 12.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 4. november	10.00 – 12.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 2. december	10.00 – 12.00
2021		
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 6. januar 2021	10.00 – 12.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 3. februar 2021	10.00 – 12.00
Årsmøde	Onsdag d. 24. februar 2021	10.00 – 11.30
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 24. februar 2021	11.30 - 12.30
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 3. marts 2021	10.00 – 11.45
Tovholdermøde	Onsdag d. 3. marts 2021	12.00 – 14.00

Nyt fra aktivitetshuset udgives af Brugerrådet for Aktivitetshuset i Tølløse.

Ansvarshavende redaktør er formand for Brugerrådet, Erik Jensen.

Forsidens foto er taget af Ejilif Rude Jensen.

Kommende arrangementer i Aktivitetshuset

Brugerrådsmøde onsdag den 4. marts 2020 kl. 10-11.45.

Tovholdermøde onsdag den 4. marts 2020 kl. 12-14.

Søndag den 1. marts årsmøde i Ældre sagen 14-16.

Søndag den 8. marts generalforsamling og banko Støtteforeningen kl. 14-17.

Onsdag den 11. marts skosalg 10-13.30.

Onsdag den 11. marts banko Seniorerne kl. 14-17.

Torsdag den 12. marts Lokalhistorisk Forening generalforsamling kl. 19.30-22.

Fredag den 20. marts brunch kl. 10-12.

Onsdag den 25. marts banko Seniorerne kl. 14-17.

BOGREOLEN

Har du mange bøger hjemme, du ikke læser mere, eller skal du have plads til nye?

Så sæt dine bøger i bogreolen i A-Huset i billard rummet, så andre kan få glæde af dem.

Hovedsageligt skønlitteratur!

Mangler du læsestof, så tag en bog med hjem og læs!

Formanden for brugerrådets, årsberetning onsdag den 26. februar 2020 i Aktivitetshuset i Tølløse

Efter årsmødet sidste år konstituerede brugerrådet sig med Marie Henriksen som næstformand. Carsten er redaktør af hjemmesiden. Niels blev valgt som kasserer, og han er i fest- og turudvalget godt bistået af Marie og han er også tovholder på bruncharrangementerne.

Året startede med et tovholdermøde, hvor 28 tovholdere deltog og hvor vi blev præsenteret for kommunens nye tiltag: Højskoleophold for demente under 60 år. Tovholdermøde igen i september, emnet var at få huset til at fungere på bedste måde til glæde for alle. Igen i år en stor tak til alle tovholderne, som får holdene til at fungere til hverdag.

Bruncharrangementet d. 15. marts havde ca. 90 deltagere, og dermed fik de nye i udvalget travlt, men de klarede opgaven godt med god hjælp fra de frivillige udenfor brugerrådet og god brunch fra Super brugsen.

Bruncharrangement igen d. 12. april med ca. 60 deltagere.

Til brugerrådsmødet d. 3. april meldte Marina afbud. hun meddelte også, at hun ikke ønskede at fortsætte som medlem af brugerrådet, hvilket brugerrådet tog til efterretning.

Søren Gade, MF og tidl. Forsvarsminister besøgte Aktivitetshuset og holdt et humoristisk og underholdende indlæg d. 15. maj. Brugerrådet arrangerer normalt ikke politiske møder, men da vi fik oplyst, at det ikke handlede om politik, men om personlige oplevelser, sagde vi ja tak og de 40 tilmeldte fik nogle hyggelige timer sammen med Søren Gade.

Igen brunch d. 15. juni med ca. 40 tilmeldte.

Brugerrådet med Niels Sørensen som guide, havde arrangeret bustur til Rosenfestivalen i Bogense på Fyn den 3. august, 53 deltagere havde en rigtig god dag med mange indtryk fra den smukt udsmykkede by med mange blomsterstande og rosenopsatser, m.m. God mad på Bogense Hotel. Efterfølgende et besøg på en nærliggende plante-skole med roser som speciale.

Vi havde åbent hus d. 30. august, hvor vi serverede lidt at drikke og musikalsk underholdning ved Heine på elorgel, dejlig og hyggelig baggrundsmusik. Formålet var at gæsterne fik et indtryk af, hvad Aktivitetshuset kan tilbyde af aktiviteter, mange tovholdere viste deres aktivitet og flere nye meldte sig efterfølgende til holdene, især var der nye til bowls og til bordtennis. Næsten 200 besøgte huset denne eftermiddag, hvilket tyder på, at der er et behov for at vise huset frem én gang om året.

Brunch d. 13. september med omkring 60 deltagere.

Høstfesten, som måske er blevet en tradition, blev holdt den 27. september, og samlede godt 60 feststemte gæster – god mad fra Super Brugsen og særdeles god musik af Torben ”trut” Torben Rønholdt Nielsen under spisningen og sjældent har så mange været på dansegulvet. Han spillede til dans både på elorgel og ind imellem på sin trompet. Sognepræst, Ole Piekut holdt høstfesttalen, en anderledes men god tale. Præsten geninviterede alle deltagerne søndagen efter til at besøge kirken. Brunch igen den 11. oktober med 60 deltagere, igen et par hyggelige formiddagstimer.

Dialogmøde med kommunen d. 22. oktober, hvor fmd., næstfmd. og kasserer mødte op og vi fremførte ønsket om klare regler for ansøgning til ældegerådets pulje og til andre ansøgninger, hvilket senere har vist sig at være ret vanskeligt, idet kommunen har skåret meget ned i tilskuddene til Brugerrådene, og Ældegerådet har måttet træde til med penge i stedet for. Fmd. for brugerrådet i Mørkøv, Frank har sendt et brev til kommunalbestyrelsen med ønske om, at kommunen retter op på denne nedskæringspolitik til næste år, alle kommunens brugerråd tilsluttede sig dette brev.

På vaccinationsdagen d. 5. november blev 135 pensionister vaccineret, hvilket er rekord.

75 års fødselsdagen blev holdt over to dage, i alt deltog ca. 80 borgere, som fyldte 75 år i 2019. Tove Junge, sundhedsvejleder fra kommunen fortalte om sundhed og fmd. for brugerrådet om de muligheder man har i Aktivitetshuset.

Brunch d. 15. november blev aflyst, idet der kun var 20 tilmeldte.

98 brugere af huset var med i 2 busser til ”Jul i Tivoli” d. 27. november, hvor vi så den meget flotte udsmykning og belysning af haven i Tivoli, og efterfølgende nød vi juleplatten i restaurant Grøften. Det er blevet et helt tilløbsstykke, som nu er ved at blive en tradition, Der er bestilt en juleplatte i Grøften igen til næste år.

Julefrokosten var igen i år en god dag med sange og musikalsk underholdning ved Torben Rønholdt Nielsen, og Lissi Kring Jørgensen fortalte 2 morsomme julehistorier. Der deltog 90 i frokosten, så igen i år måtte vi tage lokalet bag trappen i brug, det er ikke ideelt at dele selskabet i to. Superbrugsen havde igen leveret maden og de havde også sponseret 3 meget flotte varekurve til udlodning. En hyggelig eftermiddag med godt gang på dansegulvet.

Året sluttede eller begyndte med en brunch d. 24. januar med godt 50 deltagere.

Brugerrådet har fastlagt hele næste års møder og arrangementer, som kan ses i bladet ”nyt fra Aktivitetshuset”. Her kan man følge med i alle øvrige arrangementer, der finder sted i huset. Et meget læsevenligt blad, som udkommer den 1. hver måned, dog ikke i juli måned. En stor tak til Lissi Kring Jørgensen, som er redaktør på bladet, og som gør en stor indsats for at ajourføre aktiviteterne og samle alt det andet stof til bladet hver måned – tak Lissi.

Der har været meget aktivitet med mange arrangementer og mange forskellige hold har præget årets arbejde i brugerrådet. Der er 25 forskellige hold i gang i huset i øjeblikket, og dermed er der rigtig mange, der benytter huset hele året. Ikke kun til de forskellige aktiviteter, men også til foredrag, spisearrangementer og bankospil. Lokalhistorisk Forening afholder alle deres foredragsaftener her, Ældre Sagen holder deres arrangementer her og Seniorerne for Tølløse, Soderup Eskilstrup og støtteforeningen har bankospil her. Også andre foreninger holder til i huset med deres møder m.m. Motionsrummet på 1. sal benyttes flittigt. I løbet af året har 18.000 benyttet motionsrummet, det er rigtig mange.

Vi har haft møde med kommunens administration vedr. trappeflytningen, og det ser nu ud til at projektet er medtaget i de kommende opgaver, som kommunen skal prioritere og finde penge til. Vi har påpeget flere muligheder bl.a. penge fra puljen til lokal udvikling, men forflytninger af medarbejdere i afdelingen og andet gør, at trappen ikke bliver flyttet i år, men måske til næste år.

Slutte som sidste år 2018:

Jeg synes vi skal sende en tak til kommunen, fordi de stiller huset til rådighed for områdets seniorer ganske gratis incl. lys og varme, indholdet må vi selv fylde ud i tæt samarbejde med Jean, vores aktivitetsvejleder. En stor tak til Jean for hendes hyggelige og rare måde at være på, og for hendes aktive måde at medvirke til husets liv.

Tak til Niels for altid at have styr på økonomien, for tilskudsansøgninger til kommunen, og for altid at være parat med en hjælpende hånd.

Og til slut en stor tak til alle i brugerrådet, for godt samarbejde og for jeres aktive måde at bidrage til at give alle brugere af aktivitetshuset i Tølløse nogle gode tilbud og mulighed for gode oplevelser. Bente Lykke og Dorte Hendrich ønsker ikke at fortsætte i brugerrådet, tak til jer for den tid, I har været med og for jeres indsats i huset.

Vi er alle frivillige og ulønnede, så derfor håber jeg "at arbejdet bærer lønnen i sig selv", med et noget slidt udtryk. Det har på alle måder været et meget aktivt år, hvor hovedvægten har været aktivitet og socialt samvær, og jeg håber, at mange brugere af huset ser frem til nogle gode arrangementer til næste år.

Februar i 2020

Erik Jensen, fmd. for brugerrådet

Lokalhistorisk Forening for Tølløse Egnen

Afholder ordinær generalforsamling torsdag den 12. marts 2020 kl. 19.30 i Aktivitetshuset.

Dagsorden i henhold til vedtægterne. Da flere nuværende medlemmer på valg ikke genopstiller, skal der nyvælges 3 bestyrelsesmedlemmer, 1 suppleant samt 1 revisorsuppleant.

Efter generalforsamlingen afvikles den populære lokalhistoriske holdquiz under ledelse af arkivleder Inge–Lis Madsen. (Vingaver til alle på det vindende hold).

Gratis Traktement: Vin/øl/vand/snacks/kaffe/kage.

NB! Kun medlemmer af foreningen kan deltage i generalforsamlingen.

Bliv medlem!

Info: Foreningens hjemmeside www.tølløse.dk



Ældre Sagen orienterer:

Søndag den 1. Marts kl 14.00 i Aktivitetshuset, Nygade i Tølløse

Årsmøde

Det er her, du kan gøre din indflydelse gældende. Nye ideer modtages gerne.

Efter årsmødet bydes der på godt at spise og drikke

Det er gratis at deltage - dørene åbnes kl 13.30

Husk medlemskort

OBS:

Der er salg af billetter onsdag d. 1. april kl 10-12 i Aktivitetshuset til spis sammen, som foregår fredag den 17. april.

Først til mølle princip og max 4 billetter pr person

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.

Den Uskyldige...

- **Mor, i dag har vi lært hvad bierne laver**
- **Nå, hvad laver de da?**
- **De tørrer støv af på blomsterne**

Nå, lille Buller, sagde tante Amalie. Hvad vil du så være, når du bliver voksen?

- **Jeg vil være dværg i et cirkus.**
- **Du er for stor til at være dværg.**
- **Det er det smarte ved det. Jeg bliver verdens største dværg.**

GENERALFORSAMLING, søndag d. 8.marts. 2020, kl. 14.00

STØTTEFORENINGEN AKTIVITETSHUSETS VENNER for åbne brugere.
Afholder ordinær generalforsamling i Aktivitetshuset med følgende dagsorden:

Valg af dirigent, referent, og evt. stemmetællere.

1. Beretning v/formanden.
2. Regnskab v/kassereren Birgit Klarskov
3. Indkomne forslag. Bestyrelsen foreslår uændret kontingent 25,-kr.
Begge suppleanter deltager i bestyrelsesmøderne uden stemmeret.
4. Valg til bestyrelsen: Birgit Klarskov - Modtager genvalg.
Anni Ratjen. – Modtager genvalg.
Birgit Thomsen. Modtager genvalg
Eigil Toft. - Modtager genvalg.
Hanne Toft.- Modtager genvalg.
Gurli Stejmann Sørensen, Genvalg.
5. Valg af 2 suppl. for 1 år: Kirsten Stormly
Forslag: Ove Hansen
6. Valg af revisor for 2 år: Leif Nielsen, valgt år 2019
Valg af revisor suppl. for 1 år: Bente Nielsen, modtager genvalg.
7. Eventuelt.

Eventuelle forslag skal foreligge skriftligt og sendes til formanden, Ole F. Olsen. Ljungbyvej 2, 4340 Tølløse, eller e-mail; oleol@post2.tele.dk senest lørdag d. 29.2.2020. Efter generalforsamlingen spiller vi et helt bankospil.

Støtteforeningen er vært ved gratis kaffe og kage! - Husk kaffekop og tallerken!

På bestyrelsen vegne
Ole F. Olsen

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

Indlæggene skal skrives 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 installeret og nøglebrik er udleveret.

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

Hjælpemiddelafdelingen

Kvikskranken 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 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

Bogreolen: Tovholder, Ebbe Kring Jørgensen, Mobil: 40595520.

Bowls: Tovholder, Torben Jensen, Mobil: 22118041

Mail: platan08@live.dk

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,

Mobil: 40320536, Mail: thor@cuno.dk. Kasserer, John Abrahamsson,

Mobil: 25776230, Mail: joab1@live.dk

EDB: Tovholder, Carsten Kristoffersen.

Mobil: 31424884. Mail: ck@kristoffs.dk

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

Mail: nwh@post8.tele.dk.

Fællessang med Ældre Sagen: Tovholder, Anni Petersen.

Mobil: 21664170. Mail: egonanni@gmail.com.

Gymnastik v/Bodil: Tovholder, Bodil Okkerholm, Tlf.: 59185251,

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

Gymnastik v/Dagny: 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

Koldglas: Tovholder, Marianne Sørensen. Mobil: 30684929.

Mail: oestergade121ms@gmail.com. Marie Henriksen, Mobil: 25774026,

Mail: henriksen2010@gmail.com

Kortspil: Tovholder Jacob Østergaard, Tlf.: 53292384.

Mail: oestergaard1942@hotmail.com.

AKTIVITETERNES KONTAKTPERSONER

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: Kirsten Løvgren, Mobil: 23256850.
Mail: kirsten.loevgren@gmail.com

Kreativ værksted: Tovholdere, Kirsten Stormly, Mobil: 25667144.
Mail: haeklerier@gmail.com. Marianne Sørensen. Mobil: 30684929.
Mail: oestergade121ms@gmail.com
Marie Henriksen. Mobil: 25774026. Mail: henriksen2010@gmail.com

Lokalhistorisk forening: Formand, Svend Aage K. Jørgensen, Tlf.: 59161019, Mail: svaakj@tollose.dk. Tovholder, Kirsten Lousdal. Mobil: 21904007.
Mail: 4350kpl@gmail.com.

Læsekreds: Tovholder, Ester Rasmussen, Tlf.: 59180171, Mobil: 29128055.
Holga Pihl, tlf.: 59185466.

Redaktør af Aktivitetshusets blad: Lissi Kring Jørgensen, Mobil: 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

Støtteforeningen Aktivitetshusets venner for åbne brugere:

Formand Ole F. Olsen Tlf.: 59185251, Mobil: 21484721.
Mail: oleol@post2.tele.dk

WEB redaktør af hjemmesiden: Carsten Kristoffersen. Mobil: 31424884.
Mail: webmaster@aktivitetshuset-tollose.dk

Yngre pensionister: Tovholder, Karen Andersen, Mobil: 26801754
Mail: karen@andersen.mail.dk

Eldre Sagens Demens Café: Tovholder, Ninna Krabbe Andersen,
Mobil: 23399991. Mail: ninnakrabbe@live.dk. Bente Lykke Jacobsen,
Mobil: 23467425. Mail: lykke4340@pc.dk

AKTIVITETERNES KONTAKTPERSONER

Eldre Sagen: Tovholder, Birgitte Knudsen, Mobil: 23932859.
Mail: hjortholm1bk@gmail.com

Aktivitetsvejleder: Jean Nielsen,
Tlf.: 72365389. Mail: jkn@holb.dk

Brugerrådet har oprettet følgende udvalg:

Fest/Tur Udvalg

Marie Henriksen, tovholder
Niels Sørensen
Birgit Klarskov
Carsten Kristoffersen

Blad udvalg

Carsten Kristoffersen, tovholder
Lissi Kring Jørgensen, redaktør af månedsbladet
Erik Jensen, ansvarshavende redaktør af månedsbladet

EDB Udvalg

Carsten Kristoffersen, tovholder

Redaktør af hjemmesiden

Carsten Kristoffersen

Vaccinations- dagen

Niels Sørensen

Praktiske opgaver

Flemming Colbe, tovholder
Marie Henriksen
Birgit Klarskov

kontaktperson til tovholderne:

Niels Sørensen

Ad-hoc opgaver (pedel)

Flemming Colbe
Niels Sørensen

Service og vedligehold af inventar

Tovholder for Bogreolen og plantekummerne ved indgangen

Ebbe Kring Jørgensen

Brugerrådets medlemmer:

Formand Erik Jensen, tlf.: 59188302/40162498.

Mail: langholmgaard@mail.dk

Næstformand Marie Henriksen, mobil: 25774026.

Mail: henriksen2010@gmail.com

Kasserer Niels Sørensen, tlf.: 59657242/23200223.

Mail: oestergade121@gmail.com

Rådsmedlem Birgit Klarskov, tlf.: 59186483/23803040.

Mail: bkpe@godmail.dk

Rådsmedlem Carsten Kristoffersen, mobil: 31424884.

Mail: ck@kristoffs.dk

Rådsmedlem Flemming Colbe, mobil: 30460167. Mail:

fco@dlgtele.dk.

Bilagskontrollant Mogens H. Jørgensen, mobil: 21629870.

Mail: mogenshjo@gmail.com

Bilagskontrollant/suppleant Ole Olsen, tlf.:

59185251/21484721.

Mail: oleol@post2.tele.dk.

Aktivitetsvejleder Jean Nielsen, tlf.: 72365389. Mail:

jkn@holb.dk

**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 blærekateter, med mere.

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

Med kærlig hilsen

Sygeplejerskerne

Nyt tilbud til dig der er pårørende:

Er du pårørende til en nærtstående, der er alvorlig eller kronisk syg, kan du få støtte til at tackle dagligdagens udfordringer.

Når man er pårørende til et menneske, der er alvorlig syg eller svækket, kan være rart at dele sine tanker og følelser, men også at vide hvilke muligheder, der er for hjælp, f.eks. via Kommunens indsatser.

Hos Holbæk kommunens pårørendevejledere kan du vende følelsesmæssige problemstillinger, få vejledning i hvor og hvordan du kan søge hjælp til de praktiske udfordringer i dagligdagen og få information omkring aktiviteter og støttetilbud i kommunen.

I kommunen er der to pårørendevejledere: én der har fokus på pårørende til borgere med demens og én der har fokus på pårørende til borgere med andre alvorlige eller kroniske sygdomme.

Pårørendevejleder for pårørende til borgere med demens:

Christina Hvass Hansen Tlf. 7236 2037 Mail: chrha@holb.dk
Telefontid mandag i tidsrummet fra kl. 11-13

Pårørendevejleder for pårørende til borgere med alvorlig eller kronisk sygdom:

Merete Noe Tlf. 7236 8716 Mail: mno@holb.dk
Telefontid mandag i tidsrummet fra kl. 11-13

Åben rådgivning.

Du kan henvende dig personligt på Det Aktive center Tølløse hver onsdag fra kl. 10-11. Her vil du kunne blive vejledt i konkrete spørgsmål f.eks. i fh.t. kommunens tilbud og indsatser, frivillighedsområdet m.m. Det kræver ikke forudgående aftale.

Særligt for pårørende til borgere med demens er der åben rådgivning på Det aktive center Elisabethcentret, Carl Reffsvej 2, 4300 Holbæk. 1. onsdag i hver måned fra kl. 10-12.

Personlige samtaler og vejledning.

Du kan som pårørende få en eller flere samtaler med en af kommunens pårørendevejledere. Samtalerne kan både foregå i et af kommunens lokaler, men de kan også foregå hjemme hos dig. Du er velkommen til at tage en ven eller et familiemedlem med til samtalen. Kontakt pårørendevejlederne for nærmere aftale om en personlig samtale.

Anonymitet

Pårørendevejlederen har tavshedspligt. Din henvendelse forbliver således anonym og de ting du oplyser om, bliver ikke registreret.

Åbningstider

Caféerne er åbne 365 dage i tidsrummet 11.30-12.30, for borgere der har forud bestilt dagens menu i cafeen. **Lersøcenteret** og **Åvang** har kun åbent mandag, tirsdag, onsdag og torsdag, mens **Elmelunden** holder åbent mandag, tirsdag, torsdag og fredag.

I dette tidsrum kan der købes enten to retter sammen, eller en hovedret *eller* en kold/varm baret (forret eller dessert).

Alle former for specialkost/ diæter kan bestilles. Kontakt husassistenten i caféen eller Holbæk Fælleskøkken for nærmere information.

Der kan bestilles almindeligt smørrebrød

Hvem kan bruge caféerne?

Alle borgere i Holbæk Kommune, der modtager pension og deres pårørende. Der kan kun spises i caféen såfremt maden er bestilt på forhånd. Bestillingen og betalingen af maden er bindende.

Der er ikke krav om, at man er visiteret til madservice. Der er dog forskel på prisen på maden afhængigt af om man er visiteret eller ej.

Priser

Pris:		Visiterede	Ikke Visiterede
Pensionister:	Hovedret	50,00 kr	62,50 kr.
	Baret	18,00 kr.	23,00 kr.
	Hovedret + baret	59,50 kr.	74,50 kr.
Pårørende:	Hovedret		62,50 kr.
	Baret		23,00 kr.
	Hovedret + baret		74,50 kr.
Ekstra:	Smørrebrød	14,50 kr.	18,00 kr.

Betaling

Pr. 1. januar 2019 kan der ikke længere betales kontant i caféerne. Der skal derfor indgås aftale om at betaling for maden bliver trukket en gang om måneden over pensionen. Ved henvendelse hos husassistenten i caféen udleveres skema, som udfyldes forud for aftalens indgåelse.

Jul og påske m.v.

Ved højtider og i andre anledninger, vil brugerråd ved Dagscentre og Aktive Centre ind imellem afholde arrangementer med spisning. Her kan prisen være lidt højere, og der vil også her være tilmelding.

Bestillingsfrister

Den kommende måneds menu skal være bestilt og betalt den 20. i indeværende måned.

Afbestilling kan ske senest 3 dage før inden kl. 10. Afbestilling sker ved personlig eller telefonisk henvendelse i caféen.

Der opkræves betaling for mad, som er bestilt også selv om man bliver forhindret i at komme i caféen den pågældende dag.

Der opkræves betaling for mad, som ikke er rettidigt afbestilt.

Mad til pårørende/ gæster skal være bestilt senest 5 dage før i caféens åbningstid eller pr. telefon

Månedlige menuplaner

Ny menuplan for næste måned kan hentes i caféen senest d. 11. i indeværende måned

Personlig betjening

I caféernes åbningstid (11.30-12.30) betjenes caféerne af husassistenter, som sælger maden og tager mod bestillinger og afbestillinger.

Spørgsmål vedr. madens sammensætning, allergener mv. kan ligeledes rettes til husassistenterne.

Leverandør af maden i caféerne er Holbæk Fælleskøkken, som kan kontaktes på tlf. 72 36 53 97 eller madservice@holb.dk.

Der er mulighed for fri- og gratis træning i Aktiv Center Tølløses træningslokale under følgende forudsætninger.

Man skal være pensionist eller efterlønsmodtager eller + 60 år

Træningen er uden personalestøtte og instruktion.

Aktivitetsvejleder hjælper dog gerne i gang og giver instruktion i brug af træningsredskaberne.

Derefter skal man selv kunne betjene træningsmaskinerne.

Al træning er på eget ansvar. Så tag en ven med så du ikke træner alene!

Transport til og fra fri træning står den enkelte selv for

Efterlad lokalet RYDDELIGT og brugte maskiner/redskaber AFTØRRET.

Spray og klude er i træningsrummet

Der er mulighed for træning uden for centrets ”åbningstid”

Dette kræver en brik. Henvendelse for dette eller andre spørgsmål til:

Aktivitetsvejleder Jean Nielsen

Mobil: 72 36 53 89, Mail: jkn@holb.dk

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
Før 8							
8-8.30							
8.30-9							
9-9.30	Optaget af Kol hold			Optaget af Kol hold			
9.30-10		§ 86 Træning Holbæk Kommune					
10-10.30							
10.30-11							
11-11.30							
11.30-12							
12-12.30				§ 86 Træning Holbæk Kommune			
12.30-13							
13-13.30							
13.30-14				Optaget af Gymnastik v/ Dagny			
14-14.30							
14.30-15							
15-15.30							
15.30-16							
Efter 16							