



Nyt fra Aktivitetshuset

NYTORV 14, 4340 TØLLØSE

www.aktivitetshuset-tollose.dk

februar 2022

Aktivitetskalender februar 2022

Dato	Kl.	Arrangementer
Tirsdag 1.	09.30-11.00 13.00-17.00 14.00-16.00 18.30-21.30	Afspænding v/Bente Bridge Bordtennis Håndarbejds Caféen
Onsdag 2.	09.00-10.00 09.30-11.30 10.00-16.00 10.15-11.15 13.00-15.00 14.00-16.00 14.00-16.00	Gymnastik v/Bodil EDB v/Mogens og Egon Glaskunst Gymnastik v/Bodil EDB v/Per Billard Banko Senior Foreningen
Torsdag 3.	09.00-10.00 09.00-10.00 09.00-11.15 10.15-11.15 13.00-16.00 13.00-16.00 13.00-17.00 14.00-16.00 16.00-17.00 19.00-22.00 19.00-22.00	KOL v/Kirsten Gymnastik v/Bodil Bowls Gymnastik v/Bodil Kreativt værksted Kortspil Billard Bordtennis Syng med Ældre Sagen. Dansk Slægtshistorisk Forening Skak
Fredag 4.	11.00-16.00	Yngre pensionister
Lørdag 5.		
Søndag 6.		
Mandag 7.	09.00-10.00 10.00-14.00 10.00-12.00 14.00-16.00 14.00-16.00	KOL v/Kirsten Kniple og nørkle café Billard Billard Engelsk v/Jean
Tirsdag 8.	09.30-11.00 13.00-17.00 14.00-16.00 18.30-21.30	Afspænding v/Bente Bridge Bordtennis Håndarbejds Caféen
Onsdag 9.	09.00-10.00 09.30-11.30 10.00-16.00 10.15-11.15 13.00-15.00 14.00-16.00	Gymnastik v/Bodil EDB v/Mogens og Egon Glaskunst Gymnastik v/Bodil EDB v/Per Billard

Dato	Kl.	Arrangementer
Torsdag 10.	09.00-10.00 09.00-10.00 09.00-11.15 10.15-11.15 13.00-16.00 13.00-16.00 13.00-17.00 14.00-16.00 16.00-17.00	KOL v/Kirsten Gymnastik v/Bodil Bowls Gymnastik v/Bodil Kreativt værksted Kortspil Billard Bordtennis Syng med Ældre Sagen
Fredag 11.	17.00-23.00	Ældre Sagen
Lørdag 12.		
Søndag 13.	14.00-16.30	Banko Aktivitetshusets Venner
Mandag 14.	09.00-10.00 10.00-14.00 10.00-12.00 14.00-16.00 14.00-16.00	KOL v/Kirsten Kniple og nørkle café Billard Billard Engelsk v/Jean
Tirsdag 15.	09.30-11.00 13.00-17.00 14.00-16.00 18.30-21.30	Afspænding v/Bente Bridge Bordtennis Håndarbejds Caféen
Onsdag 16.	09.00-10.00 09.30-11.30 10.00-16.00 10.15-11.15 13.00-15.00 14.00-16.00 14.00-17.00	Gymnastik v/Bodil EDB v/Mogens og Egon Glaskunst Gymnastik v/Bodil EDB v/Per Billard Generalforsamling & 1/2 banko Senior Foreningen
Torsdag 17.	09.00-10.00 09.00-10.00 09.00-11.15 10.15-11.15 13.00-16.00 13.00-16.00 13.00-17.00 14.00-16.00 16.00-17.00 19.00-22.00 19.00-22.00	KOL v/Kirsten Gymnastik v/Bodil Bowls Gymnastik v/Bodil Kreativt værksted Kortspil Billard Bordtennis Syng med Ældre Sagen Skak Foredrag Lokalhistorisk forening

Dato	Kl.	Arrangementer
Fredag 18.	10.00-12.00 11.00-16.00	Brunch Yngre pensionister
Lørdag 19.		
Søndag 20.		
Mandag 21.	09.00-10.00 10.00-14.00 10.00-12.00 14.00-16.00 14.00-16.00	KOL v/Kirsten Kniple og nørkle café Billard Billard Engelsk v/ Jean
Tirsdag 22.	09.30-11.00 13.00-17.00 13.30-15.30 14.00-16.00 18.30-21.30	Afspænding v/Bente Bridge Læsekreds v/Ester Bordtennis Håndarbejds caféen
Onsdag 23.	09.00-10.00 09.30-11.30 10.00-11.30 11.30-12.30 10.15-11.15 10.00-16.00 13.00-15.00 14.00-16.00	Gymnastik v/Bodil EDB v/Mogens og Egon Årsmøde Brugerrådsmøde Gymnastik v/Bodil Glaskunst EDB v/Per Billard
Torsdag 24.	09.00-10.00 09.00-10.00 09.00-11.15 10.15-11.15 13.00-16.00 13.00-16.00 13.00-17.00 14.00-16.00 16.00-17.00	KOL v/Kirsten Gymnastik v/Bodil Bowls Gymnastik v/Bodil Kreativt værksted Kortspil Billard Bordtennis Syng med Ældre Sagen
Fredag 25.		
Lørdag 26.		
Søndag 27.	14.00-16.00	Søndags Café Ældre Sagen, foredrag - Tølløse set fra oven.
Mandag 28.	09.00-10.00 10.00-14.00 10.00-12.00 14.00-16.00 14.00-16.00	KOL v/Kirsten Kniple og nørkle café Billard Billard Engelsk v/ Jean

Lokalhistorisk Forening for Tølløse Eggen

Foredrag torsdag den 17. februar
kl. 19.00.



Goldkærgård

Politikommisær Sten Larsen: *Var Nyrup mænd skyldige i en betlerkvindes død?*

De beskyldte hende for tyveri og jog hende ud i gadekæret. Det var dengang, hvor hjemløse gik på omgang mellem landsbyerne i sognet.

Nyt fra aktivitetshuset februar

Brugerrådet afholder Årsmøde onsdag den 23. februar
kl. 10.00-11.30, se nærmere herom andet sted i bladet.

Venlig hilsen Brugerrådet.

**Nyt fra Brugerrådet:
 Aktivitetshuset – Brugerrådets arrangementer og møder
 i 2022**

Arrangement i 2022	Dato	Tid
Visesang med ”Visesangerne”	Fredag d. 21. januar	19.00 - 21.00
Brunch	Fredag d. 18. februar	10.00 - 12.00
Påskefrokost	Fredag d. 8. april	12.30 - 17.00
Bustur til ”Skovtårnet”	Tirsdag d. 31. maj	09.30 - 15.30
Åbent Hus	Lørdag d. 27. august	13.00 - 15.00
Høstfest	Fredag d. 16. september	17.30 - 22.00
Brunch	Fredag d. 21. oktober	10.00 - 12.00
Bustur - Jul i Tivoli	Onsdag d. 23. november	14.30 - 21.30
Julefrokost	Fredag d. 2. december	12.30 - 17.00

Brugerrådet afholder ordinære møder i 2022:

Brugerrådsmøde	Onsdag d. 5. januar	10.00 - 12.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 2. februar	10.00 - 12.00
Årsmøde	Onsdag d. 23. februar	10.00 - 11.30
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 23. februar	11.30 - 12.30
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 2. marts	10.00 - 11.30
Tovholdermøde	Onsdag d. 2. marts	13.00 - 15.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 6. april	10.00 - 12.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 4. maj	10.00 - 12.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 1. juni	10.00 - 12.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 3. august	10.00 - 12.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 7. september	10.00 - 11.30
Tovholdermøde	Onsdag d. 7. september	13.00 - 15.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 5. oktober	10.00 - 12.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 2. november	10.00 - 12.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 7. december	10.00 - 12.00

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!

Venlig hilsen Brugerrådet

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

Banko i Seniorforeningen onsdag den 2. februar kl. 14-16.

Banko Aktivitetshusets venner søndag den 13. februar kl 14-16.

Generalforsamling & 1/2 banko i Seniorforeningen onsdag den 16. februar 14-17.

Foredrag Lokalhistorisk forening torsdag den 17. februar kl. 19-22.

Årsmøde onsdag den 23. februar kl. 10-11.30

Brugerrådsmøde onsdag den 23. februar kl. 11.30-12.30

Ældre Sagen Søndags Café 'Tølløse set fra oven' søndag den 27. februar kl. 14-16

Årsmøde 2022

Aktivitetshuset Tølløse

Brugerrådet afholder Årsmøde

onsdag 23. feb. 2020

kl. 10 – 11.30 i Aktivitetshuset

Dagsorden :

Mødets åbning

udpegning af dirigent

udpegning af stemmetællere

Evaluering af årets aktiviteter og

Drøftelse af det kommende års aktiviteter

v/ formanden

Fremlæggelse af årsregnskabet v/ kassereren

Udpegning af formand nuværende Erik Jensen

Udpegning af Kasserer nuværende Niels Sørensen

Udpegning af 8 - 9 medlemmer af brugerrådet

Nuværende: Marie Henriksen, Carsten Kristoffersen,

Flemming Colbe, Birgit Klarskov,

Udpegning af suppleanter pt. ingen

1 revisor nuværende Mogens Jørgensen

1 revisorsuppleant pt ingen

Afslutning

På brugerrådets vegne

Erik Jensen

Formand

Ældre Sagen orienterer:

Søndagscafé søndag d. 27. februar kl. 14-16

Tølløse set fra oven med Inge-Lis Madsen.

Med udgangspunkt i en række luftfotos fra Tølløse sogn, sættes der fokus på dramatiske hændelser, interessante mennesker og anden spændende historie i såvel stationsbyen som landsbyerne omkring.

Pris for medlemmer 50 kr., ikke medlemmer 75 kr.
Incl. Kaffe og kage.

Dørene åbnes kl 13.30

Lidt sjov skal der også være plads til :-).

En skotte sider i en stol og læser.

Hvert femte minut slukker han for læselampen og tænder den kort efter igen. Hans ven, der har siddet og overværet dette i et stykke tid, spørger ham endelig:

- “Hvorfor slukker og tænder du lampen hele tiden?”
- “Hvorfor? Man kan vel godt bladre i mørke.....”

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. Ordrer modtaget inden kl. 12 ekspederes samme dag, og bestillingen leveres direkte til hjemmadressen.

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, mail: 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.

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.

**Brugerrådet inviterer til
februar Brunch
i
Aktivitetshuset
Fredag d. 18. februar kl. 10 – 12**



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

Bindende tilmelding senest mandag d. 14. februar

**Indbetal kr. 60,- på MobilePay 18599
eller ved bankoverførsel til reg. 0521 konto 190442
Spørgsmål - ring 23200223**

Husk :

Coronapas eller negativ test

**Angiv venligst telefonnummer -
hvis der betales for flere: anfør hvem betalingen gælder for.**

**Vi sælger billetter
Fredag d. 11. februar i Aktivitetshuset Kl. 10 – 12**

Brugerrådet

Dansk Slægtshistorisk Forening er startet op igen efter
en lang coronatid.

Vi mødes den første torsdag i måneden - næste gang den 4. november kl. 19.00 til ca. kl. 22.00.

Alle er velkomne, vi hygger os og forsøger at hjælpe hinanden med at finde vores forfædre, arrangerer udflugter til historiske steder/museer/arkiver samt foredrag om emner af fælles interesse.

Der er plads til både erfarne og nybegyndere ud i slægtsforskningen.

Kom og prøv om du har "blåt" blod i årenerne eller der er en gammel sørøver i familien.

John Abrahamsson, kasserer

Mob.: 25776230

e-mail: joabl@live.dk

Konen til sin mand:

"Er du ikke sød at gå hen og købe 3 liter mælk og har de æg så køb 6"

Lidt efter kommer manden tilbage med seks liter mælk

"Hvorfor fanden købte du 6 liter mælk", spørger konen

Manden svarer:

"De havde æg..."

SPOG.DK

Indlæg og rettelser til "Bladet" bedes indleveret til
Carsten Kristoffersen,
mail: ahusblad@gmail.com
Telefonnummer: 31424884

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 med blyant- se husreglerne som hænger ved siden af reservationskalenderen.

Hjælpemiddelafdelingen

Kvikskranken, Ved Fauergården 7 i Holbæk.

Tidsbestilling: telefon 72 36 36 36

- tekniske hjælpemidler: kl. 8 - 13

- kropsbårne hjælpemidler: kl. 8.30 - 10

Kvikskrankens åbningstider:

Mandag og tirsdag 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 efter tidsbestilling 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 Henrik Nielsen, Mobil: 24604564,

Mail: mamregaard@gmail.com

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

Bowls: Tovholder, Torben Jensen, Mobil: 22118041

Mail: platan08@live.dk

Bridge: Tovholdere, Anne-Lise Reedtz, Mobil: 40531944.

Mail: reedza@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, Lissi Gjølund.

Mobil: 23305059. Mail: lissi.gjolund@mail.dk.

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

Mobil: 30507551.

Hørecafé: Tovholder, Kirsten Glindhart, Mobil: 28681200,

Mail: kirstengl@godmail.dk.

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, Mobil: 53292384.

Mail: oestergaard1942@hotmail.com.

AKTIVITETERNES KONTAKTPERSONER

Kniple og Nørkle Café: Tovholdere, Karen Abrahamsson, Mobil: 31666230. Mail: karen-elisabeth.a@hotmail.com og Connie Pedersen, Mobil: 51942648. Mail: cpkia56@gmail.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

Lokallhistorisk forening: Formand, Marina Wijngaard, Tlf.: 59185841.
Mail: eho@olsen.mail.dk. Tovholder, Carsten Kristoffersen Mobil: 31424884. Mail: carsten@tollose.dk.

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

Redaktør af Aktivitetshusets blad: Carsten Kristoffersen, Mobil: 31424884, 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.

Støtteforeningen Aktivitetshusets venner for åbne brugere:
Formand, Birgit Thomsen, Mobil: 20748628. Mail: duevej@icloud.com
Anni Ratjen, Mobil: 20636153, Mail: ratjen@get2net.dk

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

Yngre pensionister: Tovholder, Karen Andersen, Mobil: 26801754
Mail: karenandersenmail@gmail.com

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

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

AKTIVITETERNES KONTAKTPERSONER

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

Aktivitetsvejleder: Tina Traborg Christensen,
Tlf.: 72365334. Mail: tincr@holb.dk

Brugerrådet har oprettet følgende udvalg:

Fest/Tur Udvalg	Marie Henriksen, tovholder Niels Sørensen Birgit Klarskov Carsten Kristoffersen
Bladudvalg	Carsten Kristoffersen, tovholder Carsten Kristoffersen, 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) Service og vedligehold af inventar	Flemming Colbe Niels Sørensen
Tovholder for Bogreolen og plantekummerne ved indgangen	Ebbe Kring Jørgensen

Brugerrådets medlemmer:

Formand Erik Jensen, tlf.: 59188302, mobil: 40162498.
Mail: langholmsgaard@mail.dk.

Næstformand Marie Henriksen, mobil: 25774026.
Mail: henriksen2010@gmail.com.

Kasserer Niels Sørensen, mobil: 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: fcolbe42@gmail.com.

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

Rådsmedlem i Ældrerådet, John Olsen, næstformand i Ældrerådet. Mobil: 21263647.
Mail: cphsecur@olsen.mail.dk.

Aktivitetsvejleder Tina Traborg Christensen
tlf.: 72365334. Mail: tincr@holb.dk.

Bilagskontrollant Mogens H. Jørgensen,
mobil: 21629870. Mail: mogenshjo@gmail.com.

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

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 biret (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.
	Biret	18,00 kr.	23,00 kr.
	Hovedret + biret	59,50 kr.	74,50 kr.
Pårørende:	Hovedret		62,50 kr.
	Biret		23,00 kr.
	Hovedret + biret		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

Aktivitetsvejleder Tina Traborg

Mobil: 72 36 53 34

Mail: tincr@holb.dk

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
For 8.00							
8.00-8.30							
8.30-9.00							
9.00-9.30	Optaget af KOL hold	§ 86 Træning Holbæk Kommune		Optaget af KOL hold			
9.30-10.00							
10.00-10.30	Toppen Holbæk Komm.	Holbæk Kommune		§ 86 Træning Holbæk Kommune			
10.30-11.00							
11.00-11.30							
11.30-12.00				Holbæk Kommune			
12.00-12.30							
12.30-13.00							
13.00-13.30							
13.30-14.00							
14.00-14.30							
14.30-15.00							
15.00-15.30							
15.30-16.00							
Efter 16.00							