



Nyt fra Aktivitetshuset

NYTORV 14, 4340 TØLLØSE

www.aktivitetshuset-tollose.dk

september 2022

1. udgave

Aktivitetskalender september 2022

Dato	Kl.	Arrangementer
Torsdag 1.	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	KOL v/Kirsten Gymnastik v/Bodil - ferie Bowls Gymnastik v/Bodil - ferie Kreativt værksted Kortspil - ferie Billard Bordtennis Syng med Ældre Sagen Dansk Slægtshistorisk Forening
Fredag 2.	11.00-16.00	Yngre Pensionister
Lørdag 3.		
Søndag 4.		
Mandag 5.	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 - ferie
Tirsdag 6.	09.30-11.00 13.00-17.00 14.00-16.00 18.30-21.30	Afspænding v/Bente Bridge Bordtennis Håndarbejds Caféen
Onsdag 7.	09.00-10.00 09.30-11.30 10.00-16.00 10.15-11.15 10.00-11.30 12.00-14.00 13.00-15.00 14.00-16.00	Gymnastik v/Bodil - ferie IT Café v/Mogens og Egon - ferie Glaskunst Gymnastik v/Bodil - ferie Brugerrådsmøde Tovholdermøde EDB v/Per - ferie Billard
Torsdag 8.	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 - ferie Bowls Gymnastik v/Bodil - ferie Kreativt værksted Kortspil - ferie Billard Bordtennis Syng med Ældre Sagen

Dato	Kl.	Arrangementer
Fredag 9.		
Lørdag 10.		
Søndag 11.	14.00-16.30	Banko Aktivitetshusets Venner
Mandag 12.	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 - ferie
Tirsdag 13.	09.30-11.00 13.00-17.00 14.00-16.00 18.30-21.30	Afspænding v/Bente Bridge Bordtennis Håndarbejds Caféen
Onsdag 14.	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 - ferie IT Café v/Mogens og Egon Glaskunst Gymnastik v/Bodil - ferie EDB v/Per Billard Underholdning Senior Foreningen
Torsdag 15.	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 - ferie Bowls Gymnastik v/Bodil - ferie Kreativt værksted Kortspil - ferie Billard Bordtennis Syng med Ældre Sagen
Fredag 16.	11.00-16.00	Yngre Pensionister
Lørdag 17.		
Søndag 18.	13.30-16.00	Dansecafé, Lancier med Ældre Sagen
Mandag 19.	09.00-10.00 10.00-14.00 10.00-12.00 14.00-16.00 14.00-16.00 17.00-18.30	KOL v/Kirsten Kniple og nørkle café Billard Billard Engelsk v/Jean - ferie Huskeugen 2022 - gå for at huske

Dato	Kl.	Arrangementer
Tirsdag 20.	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 21.	09.00-10.00 09.30-11.30 10.15-11.15 10.00-16.00 13.00-15.00 14.00-16.00	Gymnastik v/Bodil IT Café v/Mogens og Egon Gymnastik v/Bodil Glaskunst EDB v/Per Billard
Torsdag 22.	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 - ferie Billard Bordtennis Syng med Ældre Sagen
Fredag 23.	17.30-22.30	Brugerrådets høstfest
Lørdag 24.		
Søndag 25.		
Mandag 26.	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 27.	09.30-11.00 13.00-17.00 13.30-15.30 14.00-16.00 14.00-16.00 18.30-21.30	Afspænding v/Bente Bridge Læsekreds v/Ester Bordtennis Tirsdags Café Håndarbejds caféen

Dato	Kl.	Arrangementer
Onsdag 28.	09.00-10.00 09.30-11.30 10.15-11.15 10.00-16.00 13.00-15.00 14.00-16.00 14.00-16.00	Gymnastik v/Bodil IT Café v/Mogens og Egon Gymnastik v/Bodil Glaskunst EDB v/Per Billard Banko Senior Foreningen
Torsdag 29.	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 - ferie Billard Bordtennis Syng med Ældre Sagen
Fredag 30.	11.00-16.00	Yngre pensionister

Gymnastik

Jeg starter først gymnastik i uge 38
hhv. onsdag d. 21. 9. og torsdag d. 22. 9.

Interesserede er velkommen til at kontakte mig på
mobil 30507551

Mange hilsner
Bodil Okkerholm

**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. 23. 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. 9. marts	10.00 - 11.30
Tovholdermøde	Onsdag d. 9. marts	12.30 - 14.30
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	12.00 - 14.00
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

Brugerrådet afholder ordinære møder i 2023:

Brugerrådsmøde	Onsdag d. 4. januar	10.00 - 12.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 1. februar	10.00 - 12.00
Årsmøde	Onsdag d. 22. februar	10.00 - 11.30
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 1. marts	10.00 - 11.30
Tovholdermøde	Onsdag d. 1. marts	12.30 - 14.30

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 Ejlf Rude Jensen.

Kommende arrangementer i Aktivitetshuset

Tovholdermøde onsdag d. 7. september kl. 12-14.30

Banko Aktivitetshusets Venner søndag d. 11 september kl. 14-16.30

Underholdning Seniorforeningen onsdag d. 14. september kl. 14-16 med Tine Refsgaard.

Ældre Sagen søndag d. 18. september kl. 13.30-16. Dansecafé med lancier.

Huskeugen - Gå for at huske mandag d. 19. september kl. 17.00-18.30

Brugerrådet høstfest fredag d. 23. september kl. 17.30-22.30

Banko Senior Foreningen onsdag d. 28. september kl. 14-16

Tovholdermøde i Aktivitetshuset

Brugerrådet inviterer til tovholdermøde onsdag d. 7. september kl. 12.00 til ca. 14.30.

Emner til orientering og drøftelse på tovholdermødet:

1. Velkomst v/formanden for brugerrådet.
Brugerrådet er vært ved 3 håndmadder, 1 øl/vand og kaffe.
2. Orientering fra A-hus ledelsen.
Evaluering af åbent hus arrangementet d. 27. august.
Hvilke regler skal følges og hvem er ansvarlig?
Ordensregler for huset - oprydning, afspritning efter brug.
3. Trappeflytningen.
4. Brugerrådets arrangementer for 2022.
5. Evt.

Tilmelding nødvendig - til næstformand Marie Henriksen,
Mail: henriksen2010@gmail.com.

Tilmelding senest d. 31. august

p. b. v.
Erik Jensen

Ældre Sagen orienterer:

Husk!

Vi synger sammen i A-huset hver torsdag ml kl. 16 og 17.....
Lena Agerskov synger for og Preben Lousdal akkompagnerer på harmonika.

Kom frisk og få en hyggelig time sammen, hvis der ikke kommer flere deltagere, kan vi blive nødt til at lukke denne aktivitet ned... Det vil være rigtig ærgerligt.

Ældre Sagen er så heldig, at vi kan byde velkommen til ny bisidder:

Kirsten Sørensen, mobil 2278 6216,
mail: skovlyvej11@icloud.com

Dansecafé med lancier søndag d. 18. september og 2. oktober, 75 kr. pr. gang samt afslutning d. 16. oktober, 100 kr.

HUSK: Tilmelding senest 9. september til Lena Agerskov, mobil 2084 6338

Se omtale i Ældre Sagens uddelte program 2021-2022

Engelsk med Jean

Engelsk med Jean starter mandag den 26. september i A-huset. Der er også undervisning om torsdagen hjemme hos Jean, hvor der er plads til flere. Kontakt Jean for nærmere information.



**Brugerrådet inviterer til høstfest
fredag d. 23. sep.
i Aktivitetshuset kl. 17.30 – 22.30**

2 retters middag, kaffe og kage
Drikkevarer: vin, øl og vand for egen regning
Musik v/ Allan Lund
Underholdning - et humoristisk indslag
Mulighed for en sving ”om”

**Pris kr.: 175,-
Tilmelding senest d. 18. sep.
Betales via MobilePay 18599
Bank, reg. 0521, konto 0000190442**

Der sælges billetter i A-huset d. 14. sep. Kl. 10 – 11.30

Venligst Brugerrådet

Dansk Slægtshistorisk Forening

Vi mødes den første torsdag i måneden - 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 årerne eller der er en gammel sørøver i familien.

John Abrahamsson, kasserer

Mob.: 25776230

e-mail: joabl@live.dk

HØRECAFÉ:

Der er ingen hørecafé i september måned

Kære bruger af caféen

4 caféer lukker

Fra tirsdag den 1. marts 2022 lukker cafétilbuddet på Lersøcentret i Vipperød, Tuse centret, Aktivitetshuset i Tølløse og Åvang i Regstrup permanent. Lukningen sker på baggrund af en politisk beslutning om bedre udnyttelse af cafétilbuddet i budgetaftalen for 2022-2025.

Hvordan får du mad?

Du kan dog stadig få mad fra Holbæk Fælleskøkken i en af Holbæk Kommunes øvrige caféer. I den vedlagte folder får du en oversigt over, hvor de øvrige cafétilbud er placeret. Ved henvendelse til husassistenten i caféen kan de hjælpe dig med at flytte din madbestilling til en anden café efter den 1. marts 2022.

Hvad kan du gøre?

Såfremt du er visiteret til madservice har du også mulighed for at få leveret din mad hjem til dig selv gennem Holbæk Kommunes madserviceordning. Hvis du ønsker dette skal du tage kontakt til Visitationen på tlf.: 72 36 36 36 i tidsrummet 8.00-13.00 på hverdage. De kan hjælpe dig med at få bestilt mad til levering på din adresse.

Har du yderligere spørgsmål er du velkommen til at kontakte undertegnede.

Med venlig hilsen

Signe Stavnsbjerg Hallager,

Leder af Holbæk Fælleskøkken, caféer og rengøring

Tlf. 72 36 53 96/ mail: signe@holb.dk



**Holbæk
Kommune**
AKTIV HELE LIVET

Lokallhistorisk Forening for Tølløse Eggen

Kære medlemmer!

Bestyrelsen har besluttet, at vi må tage vores årsprogram, specielt udflugterne, op til fornyet overvejelse.

Der arrangeres normalt i september en længere busudflugt. I 2021 gennemførte vi udflugten med 16 tilmeldte. Derefter vedtog bestyrelsen, at en sådan kun gennemføres med mindst 30 deltagere for at begrænse underskuddet.

I år blev vi nødt til at aflyse busudflugten til Helsingør pga. for få tilmeldinger. Ærgerligt, fordi vi havde hyret en fantastisk dygtig guide til byvandringen, og bestilt hele to guider til værftsmuseet.

Indtil videre har vi stillet planlægningen af en busudflugt i bero og afventer jeres reaktion enten på e-mail til formanden (eho@olsen.mail.dk), eller til generalforsamlingen torsdag den 9. marts 2023.

Huskeuge Holbæk Kommune - gå for at huske

Mandag d. 19. september fra 17-18.30 vil eventet *Gå for at Huske* foregå fra Aktivitetshuset. Vær med til at skyde huskeugen i gang med en dejlig gåtur i en god sags tjeneste. Vi sætter fokus på demens og vigtigheden af motion og fællesskab. Det er ganske gratis at deltage, og det er for alle børn såvel som for ældre. Formålet med Huskeugen er at styrke viden om demens i hele Holbæk Kommune.

Husk tilmelding på www.holbaek.dk/huskeugen2022 eller på telefon 72362679.

Skal du have høreapparat?

Er det første gang, du skal søge om høreapparat, skal du rette henvendelse til en praktiserende øre- næse- halslæge. Ørelægen sender herefter en henvisning til Region Sjælland. Denne henvisning gælder også som ansøgning om behandling med høreapparat og som tilskud, hvis du ønsker privat høreapparat. Dette betyder, at du ikke skal sende en særskilt ansøgning, da det foregår pr. automatik via henvisning fra øre- næse - halslægen. Du kan læse mere omkring at søge om et høreapparat på Region Sjællands hjemmeside <https://www.regionsjaelland.dk/Sundhed/Andresundhedstilbud/hoereapparat/Sider/default.aspx>.

Batterier og andet tilbehør til høreapparat

Batterier udleveres fortsat uden beregning for brugeren af høreapparat. Batterier kan bestilles hos Oticon på

www.oticon.dk/bestil-batterier/

Telefonnummer vedr. batterier 39 17 74 44, Fast telefontid fra 8.00 - 16.00

Andet tilbehør til høreapparater.

Gratis tilbehør gives kun til offentligt udleverede høreapparater. Du kan bestille slanger og Tube Locks til de ældre høreapparater hos www.oticon.dk/bestil-batterier/

Hovednummer 39 17 74 44, fast telefontid fra 8.00 - 16.00

<https://www.oticon.dk/hearing-aid-users/bestil-batterier>

Slanger og filtre til nyere høreapparater, udover de udleverede i startpakken, skal bestilles hos høreapparatproducenten. Leveres uden beregning.

Den kommunale høreomsorg

Hvis du har behov for at få hjælp til løbende vedligeholdelse af dit høreapparat, kan du kontakte en af kommunens hjemmeplejedistrikter. Her er medarbejderne klar til at kunne hjælpe med simple problemer, og de kan vejlede dig, hvis du har brug for mere hjælp angående dit høreapparat. Hjælpen udføres som udgangspunkt i en af vores sygeplejeklinikker. Hvis du er bosiddende på et af vores plejecentre, skal du efterspørge hjælpen der.

Hjemmeplejegruppe Tølløse

Mostparken 1, 1. tv.

4340 Tølløse

Tlf.: 72 36 36 62

månedens vits:

Der var travlt på hospitalet, da telefonen ringede...

- Ja, jeg ville blot høre, hvordan det går med Anne Jensen, sagde en kvinde.
- Hvor er hun indlagt?, lød spørgsmålet, hvorefter der lød et: afdeling 33
- Telefonen blev stillet om, og en frisk afdelingssygeplejerske løftede røret.
- Jeg vil gerne tale med den vagthavende læge! lød det og kort efter kom den vagthavende i røret.
- Hvad vil De?, spurgte lægen
- Jeg vil blot spørge, hvordan det går med Anne Jensen, sagde kvinden.
- Jensen, J...J, lad mig se her. Jo, hun har det udmærket.
- Hvornår skal hun sendes hjem?
- På mandag omkring middagstid.
Er De en slægtning af Anne Jensen?
- Næ, ikke sådan. Det er mig, der er Anne Jensen.
Men heroppe er det umuligt at få et svar.

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.

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. 8.00-16.00

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. 8.00-16.00, 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.

Sygeplejeklinikker

Hvis du har brug for sygepleje og er blevet godkendt til det, kan du besøge en af vores fem klinikker for sygepleje.

En sygeplejeklinik kan for eksempel hjælpe dig med:

- Dosering af medicin
- Måling af blodtryk
- Forhindring af ufrivillig vandladning
- Skift af kateter
- Rådgivning for at forebygge fald

Vi har fem sygeplejeklinikker på følgende adresser:

By	Adresse	Telefon
Holbæk	Elisabeth Centret Carl Reffsvej 2-4 1. sal, 4300 Holbæk	72 36 11 34
Holbæk	Stenhusbakken Stenhusvej 21 4300 Holbæk	72 36 14 38
Tølløse	A-huset Nytorv 14 4340 Tølløse	72 36 25 56
Svinninge	Byparken 2 4520 Svinninge	72 36 25 55
Mørkøv	Rosenvænget 100 4440 Mørkøv	72 36 13 06

Tid og sted

Klinikkerne ligger i et af de Aktive Centre. Derfor kan du få sygepleje, inden eller efter du deltager i en aktivitet på et center. Det er på klinikkerne, at der bliver aftalt tidspunkter for dine besøg. Det er sygeplejersker, specialistsygeplejersker eller social- og sundhedsassistenter, der hjælper dig med sygeplejen.

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 familiedlem 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.

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: reedtza@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 Gjørlund,
Mobil: 23305059. Mail: lissi.gjorlund@mail.dk.

Gymnastik v/Bodil: Tovholder, Bodil Okkerholm, Tlf.: 59185251,
Mobil: 30507551.

Høref café: 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.

Køleskab: Tovholder, Lone Østergaard, Mobil: 23669944, Mail: loneostergaard06@gmail.com.

Lokalhistorisk 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.

Opvaskemaskine: Tovholder, Marianne Sørensen, Mobil: 30684929, Mail: oestergade121ms@gmail.com.

Redaktør af Aktivitetshusets blad: Carsten Kristoffersen, Mobil: 31424884, Mail: ahusblad@gmail.com.

Seniorer for Tølløse, Soderup og Eskilstrup: Tovholder, Lone Østergård, Mobil: 23669944, Mail: loneostergaard06@gmail.com.

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 Tirsdags Café: Tovholder, Ninna Krabbe Andersen, Mobil: 23399991, Mail: ninnakrabbe@live.dk.

AKTIVITETERNES KONTAKTPERSONER

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

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

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

Brugerrådet har oprettet følgende udvalg:

Fest/Tur Udvalg	Marie Henriksen, tovholder Niels Sørensen Benedicte Thune 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 Benedicte Thune
Kontaktperson til tovholderne:	Niels Sørensen
Ad-hoc opgaver (pedel) , Service og vedligehold af inventar	Flemming Colbe Niels Sørensen Erik Olsen
Tovholder for Bogreolen og plantekummerne ved indgangen	Ebbe Kring Jørgensen

Brugerrådets medlemmer:

Formand Erik Jensen, tlf.: 59188302, mobil: 40162498,
Mail: langholmmsgaard@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 & Repræsentant for Ældrerådet
Flemming Colbe**, mobil: 30460167,
Mail: fcolbe42@gmail.com.

Rådsmedlem Benedicte Thune, mobil: 23113740,
Mail: benedicte.thune@gmail.com.

Rådsmedlem Erik Olsen, mobil: 20143518,
Mail: erbo4340@gmail.com.

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

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

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

Bilagskontrollant/suppleant Kirsten Glindhart,
mobil: 28681200, Mail: kirstengl@godmail.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
Før 8.00							
8.00-8.30							
8.30-9.00							
9.00-9.30	Optaget af KOL hold			Optaget af KOL hold	Trænings-terapeut		
9.30-10.00							
10.00-10.30					§ 86 Træning, Holb. Kommune Trænings-terapeut		
10.30-11.00							
11.00-11.30							
11.30-12.00							
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							