



Nyt fra Aktivitetshuset

NYTORV 14, 4340 TØLLØSE

www.aktivitetshuset-tollose.dk

april 2023

1. udgave

Aktivitetskalender april 2023

Dato	Kl.	Arrangementer
Lørdag 1.		
Søndag 2.	14.00-16.30	Banko Husets Venner
Mandag 3.	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 4.	09.30-11.00 13.00-17.00 14.00-16.00 18.30-21.30	Afspænding v/Bente - pause Bridge Bordtennis Håndarbejds Caféen
Onsdag 5.	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 IT Café v/Mogens og Egon - pause Glaskunst Gymnastik v/Bodil EDB v/Per Billard
Torsdag 6. Skærtorsdag Ingen aktiviteter	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 19.00-22.00 19.00-22.00	KOL v/Kirsten Gymnastik v/Bodil Bowls Gymnastik v/Bodil Kreativt værksted Kortspil Billard Bordtennis Skak Dansk Slægtshistorisk Forening
Fredag 7. Langfredag Ingen aktiviteter		
Lørdag 8.		
Søndag 9.		
Mandag 10. 2. påskedag Ingen aktiviteter	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

Dato	Kl.	Arrangementer
Tirsdag 11.	09.30-11.00 13.00-17.00 14.00-16.00 18.30-21.30	Afspænding v/Bente - pause Bridge Bordtennis Håndarbejds Caféen
Onsdag 12.	09.00-10.00 10.00-16.00 10.15-11.15 10.00-12.00 12.00-14.00 13.00-15.00 14.00-16.00 14.00-17.00	Gymnastik v/Bodil Glaskunst Gymnastik v/Bodil Brugerrådsmøde Tovholdermøde - brugerrådet EDB v/Per Billard Banko i Senior Foreningen
Torsdag 13.	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 Bowls Gymnastik v/Bodil Kreativt værksted Kortspil Billard Bordtennis Syng med Ældre Sagen Lokalhistorisk Forening
Fredag 14.	11.00-16.00 17.30-23.00	Yngre pensionister Ældre Sagen - Spis sammen
Lørdag 15.		
Søndag 16.		
Mandag 17.	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 18.	09.30-11.00 13.00-17.00 14.00-16.00 18.30-21.30	Afspænding v/Bente - pause Bridge Bordtennis Håndarbejds Caféen
Onsdag 19.	09.00-10.00 10.00-16.00 10.15-11.15 13.00-15.00 14.00-16.00 14.00-16.00	Gymnastik v/Bodil Glaskunst Gymnastik v/Bodil EDB v/Per Billard Senior Foreningen - foredrag v. politiet

Dato	Kl.	Arrangementer
Torsdag 20.	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 21.		
Lørdag 22.		
Søndag 23.		
Mandag 24.	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 25.	09.30-11.00 13.00-17.00 13.30-15.30 14.00-16.00 18.30-21.30	Afspænding v/Bente - pause Bridge Læsekreds v/Ester Bordtennis Håndarbejds caféen
Onsdag 26.	09.00-10.00 09.30-11.30 10.15-11.15 10.00-16.00 13.00-15.00 14.00-16.00 14.00-17.00	Gymnastik v/Bodil IT Café v/Mogens og Egon - pause Gymnastik v/Bodil Glaskunst EDB v/Per Billard Banko i Senior Foreningen
Torsdag 27.	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	KOL v/Kirsten Gymnastik v/Bodil Bowls Gymnastik v/Bodil Kreativt værksted Kortspil Billard Bordtennis
Fredag 28.	11.00-16.00	Yngre pensionister

Dato	Kl.	Arrangementer
Lørdag 29.		
Søndag 30.		

Afspænding v. Bente

Afspænding om tirsdagen holder pause indtil videre på grund af sygdom blandt deltagerne.

Hilsen Bente Mentz

**Nyt fra Brugerrådet:
Aktivitetshuset – Brugerrådets arrangementer og møder
i 2023/2024**

Arrangementer i 2023	Dato	Tid
Åbent Hus	Fredag d. 25. august	13.00 - 15.00
Høstfest	Fredag d. 22. september	17.30 - 22.00
Brunch	Fredag d. 27. oktober	10.00 - 12.00
Juletur	Onsdag d. 22. november	14.30 - 21.30
Julefrokost	Fredag d. 8. december	12.30 - 17.00

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. 22. februar	11.30 - 12.30
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 1. marts	10.00 - 11.30
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 12. april	10.00 - 12.00
Tovholdermøde	Onsdag d. 12. april	12.00 - 14.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 3. maj	10.00 - 12.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 7. juni	10.00 - 12.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 2. august	10.00 - 12.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 6. september	10.00 - 11.30
Tovholdermøde	Onsdag d. 6. september	12.00 - 14.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 4. oktober	10.00 - 12.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 1. november	10.00 - 12.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 6. december	10.00 - 12.00

Brugerrådet afholder ordinære møder i år 2024:

Brugerrådsmøde	Onsdag d. 3. januar	10.00 - 12.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 7. februar	10.00 - 12.00
Årsmøde	Tirsdag d. 20. februar	10.00 - 12.00
Brugerrådsmøde	Onsdag d. 6. marts	10.00 - 11.30
Tovholdermøde	Onsdag d. 6. marts	12.00 - 14.00

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 Ejlf Rude Jensen.

Kommende arrangementer i Aktivitetshuset

Husets venner Banko søndag d. 2. april kl. 14-16.30

Brugerrådsmøde onsdag d. 12. april kl. 10-12

Tovholdermøde onsdag d. 12. april kl. 12-14

Seniorforeningen banko d. 12. april kl. 14-17

Ældre Sagen syng sammen torsdag d. 13. april kl. 16-17

Lokalhistorisk Forening torsdag d. 13. april kl. 19-22

Yngre pensionister fredag d. 14. april kl. 11-16

Ældre Sagen Spis sammen fredag d. 14. april kl. 17.30-23

Seniorforeningen foredrag onsdag d. 19. april kl. 14-16

Ældre Sagen syng sammen torsdag d. 20. april kl. 16-17

Seniorforeningen banko onsdag d. 26. april kl. 14-17

Yngre Pensionister fredag d. 28. april kl. 11-16

Ældre Sagen orienterer:

Spis Sammen - FORÅR 2023

**Kom til forårs-spis-sammen fredag den
14. april 2023 kl. 17.30.**

Denne aften fejrer vi forårets komme med en spis-sammen-aften.

Dejlig mad, vin mm - skønne gæster, samt fin musik.

Vi glæder os til at se jer til en hyggelig aften.

Dørene åbnes kl. 17.00

Pris for medlemmer: 225 kr.

ikke medlemmer: 375 kr.

**der er stadig ledige pladser
kontakt Lissi Gjølund 2330 5059**

Fra aktivitetshusets webmaster:

Det ville være perfekt, hvis alle tovholdere jævnligt kontrollerede, at deres aktiviteter på aktivitetshusets hjemmeside, www.aktivitetshuset-tollose.dk er korrekte.

Hvis dette ikke er tilfældet, må I meget gerne sende en mail med eventuelle rettelser til webmaster@aktivitetshuset-tollose.dk

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 årene eller der er en gammel sørøver i familien.

John Abrahamsson, kasserer

Mob.: 25776230

e-mail: joabl@live.dk

Seniorforeningen orienterer



Senior Foreningen inviterer til et foredrag af Midt- og Vestsjællands Politi onsdag den 19. april 2023 kl. 14 i Aktivitetshuset i Tølløse.

I denne tid er der så mange, der bliver kontaktet af svindlere, der udgiver sig som om de er fra myndigheder, banker, MitID, e-Boks eller andre, for at lokke personlige oplysninger fra folk.

Derfor denne invitation, hvor politiet vil orientere om, hvordan man kan opdage, at det er svindlere, der ringer, og hvad man kan gøre, hvis man er blevet franarret oplysninger.

Der vil blive serveret kaffe og kage til en pris af kr. 25,00.

Vi håber, at se jer til arrangementet den 19. april kl. 14.

Venlig hilsen

Bestyrelsen for Seniorer i Tølløse, Soderup og Eskilstrup

Tovholdermøde 2023

Aktivitetshuset Tølløse

Onsdag d. 12. april kl. 12-14

Brugerrådet inviterer til Tovholdermøde

Alle tovholdere ved Aktivitetshuset I Tølløse inviteres hermed til
tovholdermøde

Onsdag den 12. april 2023 kl. 12.00

Med følgende dagsorden:

- Velkomst og der serveres 3 håndmadder og en øl/vand
- Siden sidst – hver tovholder fortæller lidt om siden sidst!
- Opråb fra redaktøren af bladet ” Nyt fra Aktivitetshuset”
- Nyt fra Seniorrådet v/Flemming Colbe
- Trappeflytningen
- Kaffeordningen ophører p.g.a. dårlig økonomi
- Pinsefrokost / sommerfest d. 2. juni 2023 kl. 12.30 – 17.00
- Åbent Hus fredag d. 25. august kl. 13.00 – 15.00
- Evt.

Tilmelding nødvendig senest den 2. april til Egon Agerskov,
mobil 30256338 eller e-mail: egon@agervilla.dk

Med venlig hilsen
Erik Jensen
Fmd. brugerrådet

Lokalhistorisk Forening for Tølløse Eggen

torsdag den 13. april kl. 19.00

Foredrag v/ museumsinspektør Mads Findal Andreasen, Museum
Vestsjælland:

Carmen Curlers – en verdenssensation fra Kalundborg.
(I samarbejde med Jernløse Lokalhistoriske Forening)

Vel mødt!

Vi trænger til et grin i denne tid:

... (Vi tager den lige en gang til, den er jo sjov :-)

En læge på landet ville gerne have en fridag, så han kunne tage
ud og fiske. Så han bad vennen, Ole om at passe “butikken”
imens.

Da lægen kom hjem fra fisketur, fortalte Ole, at han havde haft
tre patienter.

- Den første havde hovedpine, og fik et par Albyl.
- Fint, sagde lægen.
- Den anden havde halsbrand og fik to Balancid.
- Bravo. Det klarede du godt, men hvad med den sidste, spurgte
lægen.
- Jo, doktor. Pludselig blev døren revet op af en yngre kvinde.
Lynhurtigt klædte hun sig af, lagde sig på briksen og råbte:
Hjælp mig, jeg har ikke set en mand i to år.!
- Død og pine, Ole, hvad gjorde du så?
- Jeg dryppede da hendes øjne.....

Jamen selvfølgelig :-)

HØRECAFÉ:

Høreforeningen holder pause i april, maj og juni måned.

Med venlig hilsen
Kirsten Glindhart
Tovholder

Aktivitetshusets venner

Foreningen Aktivitetshusets Venner afholder
banko søndag d. 3. april kl. 14-16.30

På bestyrelsens vegne
Birgit Thomsen, fmd.

**Søren! Hvad vil du helst have,
en lillebror eller en lillesøster?**

**- Hmm, hvis der ikke gør alt for
ondt, så vil jeg faktisk allerhelst
have en cykel!**



Tøjsalg i Aktivitetshuset

Der er ikke tøjsalg i denne måned

Hilsen Bodil Okkerholm

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

En **blondine** besøger sin mand i fængslet. Inden hun forlader stedet, siger hun vredt til fængselsvagten:

"I burde ikke tvinge min mand til at arbejde så hårdt. Han er helt udmattet!"

Vagten griner og svarer:

"Laver du sjov? Han laver ikke en skid. Han spiser, sover og holder sig i sin celle!"

"Det er noget være vrøvl! Han fortalte mig, at han har gravet en tunnel i flere måneder!"



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, L.C. Worsøesvej 6 i Holbæk.

Tidsbestilling: telefon 72 36 36 36

- tekniske hjælpemidler: kl. 8 - 11

- kropsbårne hjælpemidler: kl. 8 - 11

Kvikskrankens åbningstider:

Mandag og tirsdag kl. 8.30 - 12.00

Torsdag kl. 10.00 - 17.00

Fredag er lukket.

Ydelser i Kvikskranken

- Bevilling af hjælpemidler jf. §§112 og 113 i lov om social service.
Ex. rollator, badebænk, transport kørestol (inkluderer generel tilpasning af hjælpemidler)
- Udlevering og instruktion i brugen af bevilligede hjælpemidler
- Returnering af hjælpemidler
- Ombytning af defekte standard hjælpemidler
- Rådgivning, vejledning ift. hjælpemidler borgere selv skal indkøbe (forbrugsgoder, sædvanligt indbo)
- Generel rådgivning, vejledning om hjælpemidler, boligindretning
- Oprette ansøgningskema til ansøgninger om hjælpemidler
- Rådgivning, vejledning ift. sundhedsfremmende aktiviteter
- Råd og vejledning når aktiviteter i dagligdagen/hverdagen bliver svære

Du vil også blive instrueret i brug af hjælpemidlet.

Det kræver ingen særlig henvisning at henvende sig til Kvikskranken, og der vil være en sagsbehandlende terapeut til stede for at hjælpe dig.

Du skal selv sørge for transporten dertil.

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.

Denne side er i øjeblikket ledig, da kommunen ikke længere har pårørendevejledere. Hermed er der plads for indlæg fra dem der måtte have nogen.

Jeg håber der 'sker noget' :-), bare send input til ahusblad@gmail.com

Med venlig hilsen
Bladets redaktør

Glædeligt nyt!!!

En rigtig dejlig nyhed er, at A-huset alligevel ikke lukker, som vi en tid frygtede. Vi slap heldigvis fri af besparelserne, så vi fortsat kan dyrke vore interesser i huset.

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.arn@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, Benedicte Thune, Mobil: 23113740, Mail: benedicte.thune@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	Egon Agerskov, tovholder Carsten Kristoffersen Erik Olsen Henning Petersen
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
Vaccinationsdagen	Niels Sørensen
Praktiske opgaver	Flemming Colbe, tovholder Birgit Klarskov Erik Olsen
Kontaktperson til tovholderne:	Niels Sørensen
Ad-hoc opgaver (pedel), Service og vedligehold af inventar	Flemming Colbe Erik Olsen Henning Petersen
Tovholder for Bogreolen og plantekummerne ved indgangen	Ebbe Kring Jørgensen
Mødekalender ajourføring	Carsten Kristoffersen

Brugerrådets medlemmer:

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

Næstformand Egon Agerskov, mobil: 30256338,
Mail: egon@agervilla.dk.

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 Seniorrådet
Flemming Colbe**, mobil: 30460167,
Mail: fcolbe42@gmail.com.

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

Rådsmedlem Henning Petersen, mobil: 40103157,
Mail: ehp@pc.dk.

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

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

Bilagskontrollant Bruno Jensen,
mobil: 20114013, Mail: bj@holmevej13.dk.

Bilagskontrollant/suppleant Else Holst Petersen,
mobil: 23264185, Mail: ehp@pc.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. Kom- mune		
10.30-11.00							
11.00-11.30					Trænings- terapeut		
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							