



Nyt fra Aktivitetshuset

NYTORV 14, 4340 TØLLØSE

www.aktivitetshuset-tollose.dk

oktober 2023

2. udgave

Aktivitetskalender oktober 2023

Dato	Kl.	Arrangementer
Søndag 1.		A-huset lukket til 9. oktober!!
Mandag 2.	09.00-10.00 10.00-14.00 10.00-12.00 14.00-16.00	KOL v/Kirsten Kniple og nørkle café Billard Engelsk v/Jean
Tirsdag 3.	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 4.	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 Glaskunst Gymnastik v/Bodil EDB v/Per - pause Billard
Torsdag 5.	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 Dansk Slægtshistorisk Forening
Fredag 6.		
Lørdag 7.		
Søndag 8.		A-huset lukket til 9. oktober!!
Mandag 9.	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 Mandagsklubben Engelsk v/Jean

Dato	Kl.	Arrangementer
Tirsdag 10.	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 11.	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 aflyst IT Café v/Mogens og Egon Glaskunst Gymnastik v/Bodil aflyst EDB v/Per Billard
Torsdag 12.	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 aflyst Bowls Gymnastik v/Bodil aflyst Kreativt værksted Kortspil Billard Bordtennis Syng med Ældre Sagen - pause Skak
Fredag 13.	11.00-16.00	Yngre pensionister
Lørdag 14.		
Søndag 15.		
Mandag 16.	09.00-10.00 10.00-14.00 10.00-12.00 14.00-16.00	KOL v/Kirsten Kniple og nørkle café Billard Engelsk v/Jean
Tirsdag 17.	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 18.	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 aflyst IT Café v/Mogens og Egon Glaskunst Gymnastik v/Bodil aflyst EDB v/Per Billard

Dato	Kl.	Arrangementer
Torsdag 19.	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 aflyst Bowls Gymnastik v/Bodil aflyst Kreativt værksted Kortspil Billard Bordtennis Syng med Ældre Sagen - pause
Fredag 20.		
Lørdag 21.		
Søndag 22.		
Mandag 23.	09.00-10.00 10.00-11.00 10.00-14.00 10.00-12.00 14.00-16.00 14.00-16.00	KOL v/Kirsten ÆS - billetter til Spis sammen Kniple og nørkle café Billard Mandagsklubben Engelsk v/Jean
Tirsdag 24.	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 25.	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 aflyst IT Café v/Mogens og Egon Gymnastik v/Bodil aflyst Glaskunst EDB v/Per Billard
Torsdag 26.	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 aflyst Bowls Gymnastik v/Bodil aflyst Kreativt værksted Kortspil Billard Bordtennis Syng med Ældre Sagen - pause Skak

Dato	Kl.	Arrangementer
Fredag 27.	11.00-16.00	Yngre pensionister
Lørdag 28.		
Søndag 29.		
Mandag 30.	09.00-10.00 10.00-14.00 10.00-12.00 14.00-16.00	KOL v/Kirsten Kniple og nørkle café Billard Engelsk v/Jean
Tirsdag 31.	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 - pause Bridge Læsekreds v/Ester Bordtennis Tirsdags Café Håndarbejds caféen

Vedrørende trappeflytning.

A-huset er lukket til mandag d. 9. oktober!!

Vi håber, at tovholderne indbyrdes bliver enige om fordeling af de tilgængelige lokaler under trappeflytningen.

Venlig hilsen
Brugerrådet

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
Pinsefrokost	Fredag d. 2. juni	12.30 - 17.00
Høstfest	Fredag d. 22. september	17.30 - 22.00
Brunch	Fredag d. 27. oktober aflyst!	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

Arrangementer i 2024	Dato	Tid
Brunch	Tirsdag d. 20. februar	10.00 - 11.30

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	11.30 - 13.00
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 Ejilif Rude Jensen.

Kommende arrangementer i Aktivitetshuset

Mandagsklubben mandag d. 9. oktober kl. 14-16

Yngre pensionister fredag d. 13. oktober kl. 11-16

Ældre Sagen billetter Spis sammen mandag d. 23. oktober kl. 10-11

Yngre Pensionister fredag d. 27. oktober kl. 11-16

Ældre Sagen orienterer:

Syng med om torsdagen er aflyst i oktober måned p.g.a. ombygning i Aktivitetshuset

**Onsdag d. 18. oktober 2023 Storebæltsbroen og Sprogø
Med bus, guide, frokost samt kaffe og kage**

Vi har fået en unik mulighed for at arrangere en endagsudflugt med besøg på Sprogø, der normalt er et lukket område. Har du kørt over Storebæltsbroen, kigget på den lille ø Sprogø med fyr-tårnet og blevet nysgerrig på, hvad den rummer? På denne tur kan du se det med dine egne øjne.

Rundvisning på Overfartsmuseet i Korsør (Ca. 1 time). Ca. 3 timers lokal guide på Storebæltsbroen og Sprogø. Heraf ca. 1,5 times tur til fods på Gammel Sprogø og ca. 1 times rundtur i bus på Ny Sprogø. Vi kommer tæt på historien og får adgang til øen, som ellers er lukket land.

Mandag d. 23. oktober Salg af Spis sammen billetter 10–11 i Aktivitetshuset.

De venligste hilsener
Ældre Sagen i Tølløse.

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.

Kjell Messmer, kasserer

Mob.: 23834632

e-mail: messmer@outlook.dk

Aktivitetshusets Venner

NB. NB. NB. NB.

På grund af trappeflytning afholder vi ikke banko i oktober og november. Håber vi ses til december.

Hav det godt til vi ses igen.

Hilsen
Bestyrelsen

Trappeflytning i Aktivitetshuset!

Til alle tovholdere og brugerrådet ved Aktivitetshuset.

Kommunen / entreprenøren meddeler nu, at arbejdet med trappeflytningen påbegyndes mandag den 25. september og vil vare ca. 2 måneder til primo december, hvilket vil medføre, at man ikke kan forvente at benytte lokale 1 og 2 i denne periode. Og der vil desuden forekomme en del støj i de øvrige lokaler. Der bliver opsat en foldedør, hvor trappen er nu ind til lokale nr. 2, ligesom der bliver opsat en ny gipsvæg fra indgangspartiet. Alt dette betyder, at nogle hold / aktiviteter vil blive generet i denne periode, og brugerrådet beder om, at de berørte hold vil samarbejde med de øvrige hold om benyttelse af de andre lokaler i Aktivitetshuset i denne byggeperiode.

mvh

Erik Jensen, fmd. og Egon Agerskov, kontaktperson.

Fra Aktivitetshusets webmaster:

Kære tovholdere, håber I jævnligt kontrollerer, at jeres aktiviteter på Aktivitetshusets hjemmeside, www.aktivitetshuset-tollose.dk er korrekte. Hvis dette ikke er tilfældet, send da gerne en mail med relevante rettelser til:

webmaster@aktivitetshuset-tollose.dk

Lokalhistorisk Forening for Tølløse Eggen

Da Aktivitetshuset er utilgængeligt i oktober, november og december på grund af trappeflytning, afholder Lokalhistorisk forening for Tølløse Eggen sine arrangementer i No1, Tølløsevej 1.

Næste arrangement er torsdag den 12. oktober kl. 19:30.

Foredrag ved arkæolog Lizette Salge, Museum Vestsjælland
Udgravningerne ved Ll. Grandløse. Har man fundet det ældste Grandløse?

Brugerrådets brunch d. 27. oktober

Grundet den igangværende trappeflytning er vi desværre nødt til at aflyse brunch d. 27. oktober.

Venlig hilsen
Brugerrådet

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.

HØRECAFÉ:

Hørecaféen holder pause i denne måned.

Med venlig hilsen
Kirsten Glindhart
Tovholder

Mandagsklubben:

I mandagsklubben mødes en lille flok pensionister til socialt samvær og en hyggelig snak over en kop kaffe.

Vi mødes i A-Husets cafe mandag i ulige uger kl. 14.00-16.00 og har på skift kaffe og kage med efter aftale.

Venlig hilsen

Anne Heinfelt og Bodil Melkær



Senior Foreningen

På grund af ombygningen i Aktivitetshuset, er vi blevet nødsaget til at holde vores banko arrangementer og aktiviteter i No1, Tølløsevej 1.

Tirsdag den 3. oktober besøg af MAF, De Flyvende Læger kl. 14.

Onsdag den 11. oktober banko kl. 14.

Onsdag den 25. oktober **banko er aflyst, ingen lokaler**

Onsdag den 8. november banko kl. 14.

Onsdag den 22. november banko kl. 14, vi håber at kunne afholde dette i Aktivitetshuset. Vi ved det ikke endnu.

Vi håber, I bakker op om begivenhederne, selvom de bliver afholdt et andet sted.

Venlig hilsen
bestyrelsen for
Seniorer Tølløse Soderup Eskilstrup

Gymnastik v. Bodil Okkerholm

Der er ikke gymnastik i oktober, da jeg er sygemeldt.

Med venlig hilsen
Bodil



Ældre Sagen

Tølløse

Arrangementer 2023

Onsdag d. 18. oktober	Bustur til Sprogø	kl. 09.00 - 18.00
Mandag d. 23. oktober	Salg - Spis sammen billetter	kl. 10.00 - 11.00
Fredag d. 10. november	Spis Sammen i No1	kl. 17.30 - 21.30
Fredag d. 24. november	Bustur til Julemarked	kl. 13.00 - 20.00

Arrangementer 2024

Søndag d. 7. januar	Danse café Lancier	kl. 13.30 - 16.00
Søndag d. 21. januar	Danse café Lancier	kl. 13.30 - 16.00
Søndag d. 4. februar	Danse café Afslutning	kl. 13.30 - 17.00
Søndag d. 25. februar	Søndags café	kl. 14.00 - 16.00
Søndag d. 3. marts	Årsmøde	kl. 14.00 - 16.00
Onsdag d. 20. marts	Salg - Spis sammen billetter	kl. 14.00 - 16.00
Søndag d. 24. marts	Musikalsk Søndags café	kl. 14.00 - 16.00
Fredag d. 12. april	Spis Sammen	kl. 17.30 - 21.30
Tirsdag d. 21. maj	Kør selv tur Åstrup Kloster	kl. 14.00 - 16.00

✓

Brugerrådet inviterer
På tur til
JUL I TIVOLI



Onsdag d. 22. nov. 2023

Afgang fra Aktivitetshuset i Tølløse kl. 14.30
hjemme ca. 21.30

Nyd Tivolis smukke juleudsmykning og køb evt. et par julegaver
Nyd Grøftens Juleplatte som er inkluderet (drikkevarer for egen regning)

Bus Tølløse - Tivoli og retur, inkl. entre til Tivoli - 360,- kr.

Bindende tilmelding senest d. 16. november

Til Egon Agerskov på mobil 30256338

**Betaling straks efter tilmelding via MobilePay til 18599
eller bankoverførsel til reg. nr. 9570, konto 0013615047
Opgiv venligst navn på alle, der betales for og et telefonnummer.**

**Der er begrænset deltagerantal. Pladserne fordeles efter
”først til mølle” princippet.**

Venligst
Brugerrådet

Lidt om høstfesten

Kan I ikke holde høstfest to gange om året, selvom man kun høster én gang ! Sådan lød flere af kommentarerne til formanden for brugerrådet Erik Jensen fra nogle af de 80 deltagere da høstfesten fredag aften i Aktivitetshuset i Tølløse nærmede sig sin afslutning. En fantastisk god høstfest var alle enige om, da musiker Allan Lund sluttede aftenen med "Sku` gammelt venskab rent forgå". Pladsen til alle deltagerne var lidt trang i cafélokalet, så vi glæder os til at trappen bliver flyttet, så der bliver bedre plads til næste arrangement, som er julefrokosten først i december. Landbrugsminister Jacob Jensen holdt en meget fin tale om høsten, både som han selv har oplevet den gennem sin opvækst på slægtsgården ved Tølløse, og også set i lyset af det fællesskab, som følger med høsten og glæden ved årets resultat af arbejdet i marken. "Høsten er ikke alene en afslutning på årets indsats i marken, men den er også begyndelsen til noget nyt, idet såning af markerne nu kan begynde", sagde ministeren bl.a. I pausen mellem retterne underholdt kasserer Egon Agerskov og hans kone Lena med nogle populære sange, som formanden spillede til på sin violin.

Mvh
fmd. brugerrådet,
Erik Jensen.

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.

Fra den nylig afholdte høstfest



Landbrugsministeren holder årets høstfesttale





Egon og Lena Agerskov underholder med sang, mens Erik Jensen akkompagnerer.



En gammel kone kom ind til bageren for at købe et formbrød. Bagerens kone var syg, så han måtte selv passe butikken. Da han havde puttet brødet i en pose, sagde han: - Det bliver 25 kroner.

- 25 kroner! Udbrød konen: - Jeg kan huske, da et formbrød kostede 13 øre!

Derpå gik bageren hen til døren ud til bageriet og råbte ud til bagersvenden:

- Jensen, har vi flere formbrød fra 1911? ...

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

senest den 20. i måneden

NB! Bladet udkommer ikke i juli måned

Indlæggene skal skrives i tekstformat: Times New Roman og i A5 format.

Tovholderne for de forskellige aktiviteter bedes give besked til redaktøren senest den 20. 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.

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

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.

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 ansøgningsskema 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.

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, Kjell Messmer,
Mobil: 23834632, Mail: messmer@outlook.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 Arne Jensen, Mobil: 25148133,
Mail: kajensen@vip.cybercity.dk.

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, Flemming Colbe, Mobil: 30460167, Mail: fcolbe42@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.

Mandagsklubben: Tovholder, Anne Heinfelt, Mobil: 22755974, Mail: anne.heinfelt@gmail.com, Bodil Melkær, Mobil: 29735639, Mail: bodil.melkaer@gmail.com.

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.

AKTIVITETERNES KONTAKTPERSONER

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

Ældre 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	Birgit Klarskov, 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
Praktiske opgaver	Flemming Colbe, tovholder Birgit Klarskov Erik Olsen
Kontaktperson til tovholderne:	Erik Jensen
Ad-hoc opgaver (pedel), Service og vedligehold af inventar	Flemming Colbe Erik Olsen Henning Petersen
Tovholder for Bogleolen 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 Henning Petersen, mobil: 40103157,
Mail: ldhenning44@gmail.com.

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

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.

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							