

# AKTIVITETSKALENDER REGION SJÆLLAND



## KOMMENDE INDLEVERINGSFRISTER

| Stof til kalenderen skal være afleveret senest kl. 12 | Udgivelsesdato:   |                    |
|---|-------------------|--------------------|
| SeniorBladet nr. 1/2019                               | 17. december 2018 | Uge 7 – 15. feb.   |
| SeniorBladet nr. 2/2019                               | 22. februar 2019  | Uge 15 – 12. april |
| SeniorBladet nr. 3/2019                               | 25. april 2019    | Uge 23 – 7. juni.  |
| SeniorBladet nr. 4/2019                               | 5. juli 2019      | Uge 34 – 23. aug   |
| SeniorBladet nr. 5/2019                               | 16. august 2019   | Uge 40 – 4. okt.   |
| SeniorBladet nr. 6/2019                               | 4. oktober 2019   | Uge 47 – 22. nov.  |

Stof til kalenderen sendes til:  
Stadion Alle 11, 7260 Sdr. Omme, mail: [kno@danske-seniorer.dk](mailto:kno@danske-seniorer.dk)

## BESØG VORES HØJSKOLER



**TISVILDE HØJSKOLE:**  
[www.tisvildehoejskole.dk](http://www.tisvildehoejskole.dk)

**RUDE STRAND HØJSKOLE:**  
[www.rudestrandhojskole.dk](http://www.rudestrandhojskole.dk)

## KREDS LOLLAND OG FALSTER

Kredsformand Monna Høyem  
Maglemervej 31, 4930 Maribo  
Tlf. 50 47 10 39 - [Monna.hoyem@live.dk](mailto:Monna.hoyem@live.dk)

## BANDHOLM REERNÆS BLANS PENSIONISTFORENING

**Mødested:** Beboerhuset, Birketvej, medmindre andet er oplyst.

**Tilmelding:** Rita tlf.: 54 78 82 26 senest ugen før

**28. november kl. 17,30:** Julefrokost. Nærmere besked

## MARIBO PENSIONISTFORENING

Bindende tilmelding arrangementer, "først til mølle", Birgit tirsdag + torsdag ml. kl. 16-18 tlf.: 61 77 54 70.

**4. december kl. 12:** Julemiddag samt kaffe og småkager i Bangs Have. Der vil være levende musik under middagen og mulighed for dans bagefter. Pris kr. 250

**12. februar kl. 13:** Ordinær generalforsamling i Bangshave. Dagsorden iflg.

vedtægterne. Forslag som ønskes behandlet skal være formanden i hænde senest 8 dage før generalforsamlingens afholdelse. Efter generalforsamlingen er der kaffe og bankospil. Tilmelding af hensyn til kaffe/kage. **Husk venligst medlemsnummer.**

## NYSTED – ÆLDRE HJÆLPER ÆLDRE

**Kontakt:** Kontakt Sally tlf. 51 35 09 54. Alt er gratis.

**Mandag/tirsdag kl. 15.30-17:** SeniorMotion/Stolegymnastik på Solgården, Herritslev.

**Torsdag/fredag kl. 10-11:** SeniorMotion/Stolegymnastik på Stoppestedet, Nysted.

## RADSTED PENSIONISTFORENING

**Mødested:** Radsted Forsamlingshus, medmindre andet er oplyst.

**Al tilmelding:** Bodil 54 70 57 49 eller Mogens 54 70 56 09

**Mandage i ulige uger kl. 13.30:** Kortspil.

## DANSKE SENIORER SAKSKØBING

**Mødested:** Saxenhus, medmindre andet er oplyst

**5. december kl. 12:** Juleafslutning

## SØLLESTED OG OMEGNS PENSIONISTFORENING

**Mødested:** Lykkesejacentret, medmindre andet er oplyst

**Tilmelding:** Anne-Lise tlf. 29 36 21 59 eller Poul Erik tlf. 20 42 54 34

**27. november kl. 14:** Underholdning af Højreby Spillemandene

**4. december kl. 14:** Julebanko

**7. december:** Bustur til Julemarked på bakken. Opsamling oplyses senere. Un-

## GRATIS ANNONCERING

Her kan alle medlemsforeninger gratis annoncere egne aktiviteter og udflugter m. m., som sker frem til ca. en uge efter næste blad udkommer.

**OBS:** "medlemspris" gælder den enkelte forenings medlemmer.

For yderligere oplysninger om de enkelte aktiviteter, kontakt den pågældende forening.

dervejs drikkes formiddags kaffe ved bussen, kl. 12,30 spiser vi frokostbuffet, inkl. 1 glas øl/vin, på en restaurant på Bakken. Kl. 14 åbner boderne og forlystelserne. Kl. 17 starter hjemkørsel, vi er i Søllested først på aftenen. Pris kr. 300. Husk! tilmelding (max. 55 personer).

**15. december kl. 13:** Julefrokost på Søllested Skole med traditionel Julebuffet og dans til musik af Poul Hansen. Pris kr.150. Husk! tilmelding

## KREDS SYDSJÆLLAND

Kredsformand Ole Steinvig  
Akacievej 20, 4683 Rønnede  
Tlf. 43 53 03 44 - [mo@steinvig.dk](mailto:mo@steinvig.dk)

**26. marts kl. 10:** Generalforsamling for alle medlemmer i lokalforeninger. Nærmere besked om, hvor det afholdes, vil blive fremsendt pr. mail/post.

## DALBY RØNNEDE PENSIONISTFORENING

**Mødested:** Aktivitetscenteret Dalgården, Thujavej 19, kl. 14, medmindre andet er oplyst.

**30. november:** Julemarked med boder og lotteri. Kaffe/te/æbleskiver kan købes

## FAKSE PENSIONISTFORENING

**Mødested:** Æblehaven, medmindre andet er oplyst.

**Tilmelding:** Jørgen tlf. 22 43 55 95 eller Bodil tlf. 56 71 46 74.

**23. november kl. 12,45:** Banko

**14. december kl. 12,45:** Julebanko. Foreningen er vært ved en kop kaffe med kage.

**4./18. januar kl. 12,45:** Banko

**15. januar kl. 12:** Vi fejrer Foreningens 77 års fødselsdag, med spisning og underholdning. Pris kr. 200 (ikke medlemmer kr. 250). Tilmelding senest 10. januar

**1. februar kl. 12,45:** Banko

**15. februar kl. 12,15:** Generalforsamling og derefter banko. Foreningen giver kaffe/kage

### FLADSÅ VEST SENIORER

**Mødested:** Mogenstrup Menighedshus, medmindre andet er oplyst

**Nærmere oplysninger:** Alix Hadsberg tlf. 22 79 64 06

**Hver mandag kl. 14-17:** Hygge, gymnastik og forskellige slags spil. Medbring selv kaffe.

**26. november:** Vi pynter Juletræet

**17. december:** Juleafslutning

### GLUMSØ PENSIONISTFORENING

**Mødested:** Kroen, medmindre andet er oplyst.

**Fredage i lige uger kl. 14:** Banko.

**5. december:** Tur til Rostock. Fra Glumsø kører vi til Gedser Færgehavn. På overfarten vil der være morgenbuffet. Herefter kører vi til Julemarkedet i Rostock, hvor der er mulighed for at handle nogle tyske specialiteter. Efter et par timer på markedet kører vi til Border Shoppen for at handle ind til julens glæder.

På færgen hjem vil der være aftenbuffet inkl. drikkevarer. Pris kr. 500 (ikke medlemmer kr. 680). HUSK Pas eller anden billedlegitimation. Bindende tilmelding og betaling senest 19. november. Henri tlf. 57 64 36 41 eller Martin tlf. 36 16 31 87 eller ved bankospil. Der er begrænset antal pladser – så derfor først til mølle. Opsamling starter i Skelby (ved kirken) kl. 6,30. Herlufmagle skole kl. 6,40 og samlet afgang fra Søvang i Glumsø kl. 7. Hjemme igen ca. kl. 21.

**14. december kl. 11,30:** Julebanko med spisning (banko kl.14). Pris for spisning kr. 100. Tilmelding nødvendig ved tidligere banko.

**27. december kl. 14:** Julehygge i Kobberstuen, med kaffe, julebag og hyggesang.

**23. januar kl. 19-21:** Foredrag med Lisbet Dahl i Salen. Pris kr. 150 for medlemmer (ikke medlemmer kr. 225). Billetterne kan allerede nu købes ved henvendelse til Kjeld Olsen tlf. 21 97 23 46.

**22. februar kl. 10:** Den årlige generalforsamling, i overensstemmelse med forenings vedtægter og love.

Vi starter kl. 10 med kaffe, spisning kl. 11,30, efterfulgt af banko kl. 14. Så husk, sæt kryds i kalenderen til denne dag.

### HASLEV PENSIONIST- OG EFTERLØNSFORENING

**Mødested:** FDF Huset, Bregentvedvej 42, Haslev, medmindre andet er oplyst.

**Hver tirsdag kl. 13-16:** Håndarbejde, kortspil og gymnastik.

**27. november kl. 13:** Aktiviteterne slutter

**30. november kl. 13:** Bankospil

**7. december kl. 14:** Julefest, Biblioteket

### NÆSTVED PENSIONISTFORENING

**Mødested:** Dyssegården, Flintøksen 4

**Mandage kl. 18,15-21,15:** Banko

### ST. HEDDINGE OG OMEGNS PENSIONISTFORENING

**Mødested:** Hotel Stevns, medmindre andet er oplyst.

**Tilmelding:** Kirsten tlf. 56 50 33 06

**20. december kl.:** Julehygge med spisning, lotteri og underholdning. Tilmelding senest 10. december.

### VALLØ SENIORFORENING

**Mødested:** Mødestedet, Bredgade 1, Hårlev, medmindre andet er oplyst.

**Tilmelding:** Leif tlf. 20 21 07 43 eller leinie.stevns@gmail.com

**14. december kl. 15:** Julehygge med Mødestedets Sangkor. Gløgg og æbleskiver kr. 30. Ingen tilmelding.

**11. januar kl. 13:** Julefrokost med det hele, musik, kaffe og kage, drikkevarer kan købes. Pris kr. 150. Tilmelding inden 5. januar.

**14. februar kl. 16:** Ekstraordinær generalforsamling. Nærmere i næste nummer.

### KREDS VESTSJÆLLAND

Kredsformand Ole Jordy Larsen  
Hellemosevej 11, 4400 Kalundborg  
Tlf. 40 68 93 65 - ole-jordy@hotmail.com

**19. marts:** Generalforsamling og Temadag. Kl. 9,30 morgenkaffe og temadag/kl. 12 frokost (egenbetaling kr.100)/kl. 13 generalforsamling, dagsorden iflg. vedtægterne.

### FUGLEBJERG-SANDVED EFTERLØNS- OG PENSIONISTFORENING

**Mødested:** Fuglebjerg Forsamlingshus, medmindre andet er oplyst.

**Tilmelding:** Henny tlf. 55 45 64 06.

**4. december kl. 13:** Julefrokost. God dansk julefrokost, risalamande, kaffe/te og småkager. Pris kr. 200, drikkevarer for egen regning. Tilmelding senest 26. november. Betaling i Café Fuglen 27. november mellem kl. 13,30-15.

**22./29. januar kl. 13,30-16:** Café Fuglen, kontingent betaling for året 2019. Kontingent uændret kr. 100.

### GØRLEV PENSIONISTFORENING

**Mødested:** Den gamle biograf i Gørlev, Østerled 25, Gørlev, medmindre andet er oplyst.

**Tilmelding:** Tlf. 40 91 81 90 eller 28 15 04 46

**29. november kl. 14-17:** Socialt samvær

**13. december kl. 14-20:** Juleafslutning med gløgg/æbleskiver og banko. Pris pr. kort kr. 10. De som ønsker smørrebrød bestiller på tlf. 40 91 81 90 / 28 15 04 46. Derefter holder vi jule- og nytårsferie. God Ferie.

**10. januar kl. 14:** Opstart efter ferien. Vi giver kaffe/te med kage, derefter spiller vi Banko om 30 kødgevinster. Pris pr. kort kr. 10. De som ønsker smørrebrød bestiller på tlf. 40 91 81 91 / 28 15 04 46.

**17./24./31. januar kl. 14-17:** Socialt Samvær

**7. februar kl. 14-20:** Bankospil. Vi giver kaffe/te med brød. Efter spillet har vi Socialt Samvær. De som ønsker smørrebrød, bestiller på tlf. 40 91 81 90 eller 28 15 04 46.

**14./21./28. februar kl. 14-17:** Socialt Samvær

**7. marts kl. 14-20:** Generalforsamling. Vi giver kaffe med brød. Efter generalforsamling bankospil om 30 kødgevinster efter spillet Socialt Samvær. De som ønsker smørrebrød, bestiller på tlf. 40 91 81 90 eller 28 15 04 46.

### HVIDEBÆK PENSIONISTFORENING

**26. november:** Julefrokost for medlemmer på Gerlev Kro. Med bus fra Rørby Brugs kl. 10, Ubby Gl. Rådhus kl. 10,15, Hvidebæk Hallen kl. 10,30. Pris bus/julefrokost-buffet kr. 300.

**3. december kl. 13:** Stort Jule bankospil (sidste spil 2018), med 30 flotte gevinster/ekstra gevinster og mange sponsorerede gevinster.

**10. december kl. 13,30:** Julemøde i Hvidebækhallens Cafeteria. Underholdning og fællessang, der serveres gløgg og æbleskiver. Hele arrangementet er gratis for medlemmer. Ingen tilmelding.

**7./21. januar kl. 13,30:** Bankospil

**4. februar kl. 13,30:** Bankospil

**18. februar kl. 13:** Generalforsamling og bankospil

### HØNG PENSIONISTFORENING

**Mødested:** Fuglereden i Høng, medmindre andet er oplyst

**Tilmelding:** Johanne tlf. 28 23 17 27 eller til bankospil

**28. november kl. 11:** Julefrokost med

efterfølgende banko. Tilmelding til banko eller Johanne senest 10 dage før.

**5. december kl. 13:** Lucia optog, banko. Derefter holder vi juleferie til den 9. januar

**30. januar kl. 13:** Generalforsamling og banko. Foreningen er vært med kaffe/kage. Eventuelle forslag skal være Formand Kurt Brogaard i hænde senest 1 uge før.

**2019:** Hver onsdag indtil Påske. Banko

### DANSKE SENIORER JERNLØSE

**Mødested:** Østergårdsvej 49, Undløse, Tølløse, medmindre andet er oplyst.

**Tilmelding:** Daisy tlf. 23 42 79 77 / Helge tlf. 40 35 26 52 / Hanne tlf. 20 89 10 76 / Inga tlf. 29 41 40 45

**1. tirsdag i måneden kl. 10-13:** Forskelligt håndarbejde

**Tirsdage kl. 13-16:** Billard

**Onsdage kl. 13-17:** Kortspil og billard, gymnastik

**Torsdage kl. 10-13:** Billardtøserne

**Torsdage kl. 13-17:** Håndarbejde og billard.

**23. november kl. 13:** Julefrokost på Østergården. Tilmelding senest 19. november.

### JYDERUP PENSIONISTFORENING

**Mødested:** Jyderup Hallen, medmindre andet er oplyst

**Tilmelding:** Senest mandag før mødet kl. 11, tlf. 59 27 70 04 / tlf. 28 28 65 82 eller mail: mormor46@live.dk

**Pris:** Kaffe/kage kr. 30 for medlemmer (ikke medlemmer kr. 50), medmindre andet er oplyst.

**27. november kl. 13:** Lotteri og bankospil. Der tilbydes kaffe/kage, se pris.

**11. december kl. 13:** Juleafslutning. Der vil blive serveret forskellige julegoder, kaffe, gløgg og æbleskiver, se pris. Sognepræst Lars Ulrik Jensen vil fortælle og vi synger julens salmer. Luciaoptog. Der bliver solgt lotteri.

**8. januar kl. 13:** Lotteri og bankospil. Der tilbydes kaffe/kage, se pris.

**22. januar kl. 13:** Generalforsamling. Dagsorden iflg. vedtægterne. Der serveres kaffe og sandwich, derefter spilles der banko.

**5. februar kl. 13:** Vi spiser gule ærter eller suppe, herefter kaffe og kage. Carsten Egø Nielsen holder foredrag om "Pigerne på Sprogø". Pris kr. 120 for medlemmer (ikke medlemmer kr. 150)

**19. februar kl. 13:** Lotteri og bankospil. Der tilbydes kaffe/kage, se pris.

### KALUNDBORG SENIOR- & PENSIONISTFORENING

**Mødested:** Årby Forsamlingshus, medmindre andet er anført

**Alle ture og fester, bindende tilmelding:** Else tlf. 59 51 36 54. Betaling for ture og fester bedes indbetalt en uge før arrangementet. Se også vores hjemmeside [www.pensionist4400.dk](http://www.pensionist4400.dk).

**27. november:** Juletur til De Hvide Svaner, afgang fra Engvej kl. 10. Tilmelding senest 20. november. Pris kr. 350

**4. december kl. 13:** Banko

**5. december kl. 12:** Juletræsfest med flæskesteg/Ris a la mande med mandelgaver og dans om Juletræet. Tilmelding senest 28. november. Pris kr. 200.

**8. januar kl. 13:** Banko

**16. januar kl. 13:** Fællesspisning med gule ærter, max. 50 deltagere. Tilmelding senest 9. januar. Pris kr. 60

**5. februar kl. 13:** Banko

**5. februar kl. 10-13:** Tøjsalg ved Karina

**19. februar kl. 13:** Generalforsamling

### KALUNDBORG VÅGEKONER

**Mandage og torsdage kl. 9,30-10,30:** Stolemotion på Aktivitetscentret Munke søparken. Instruktør Nell, tlf. 51 22 12 24

**Onsdage kl. 9,30-11:** Stolemotion i mødelokale 2, Gørlev Hallen. Instruktør Bodil, tlf. 40 98 42 35

**Onsdage kl. 10-12:** Datastue Gørlev Bibliotek. Instruktør Vivi, tlf. 58 85 90 05

### DANSKE SENIORER MØRKØV

**Mødested:** Ældrecentret, Rosenvænget 100, Mørkøv. Tilmelding til formanden, tlf.: 59 27 50 41

**7. december kl. 11-ca.16,30:** Julefrokosttur til Gerlev Kro. Turen starter fra Ældrecentret. Pris kr. 165 (ikke-medlemmer kr. 225).

### RINGSTED PENSIONISTFORENING

**Mødested:** Anlægspavillonen, Havestuen, medmindre andet er anført.

**26. november kl. 13,30:** Banko og kaffebord

**3./17. december kl. 13,30:** Banko og kaffebord

**10. december kl. 12:** Julefrokost i hallen

**7./21./28. januar kl. 13,30:** Banko og kaffebord

**14. januar kl. 12:** Middag i hallen

**4./18./25. februar kl. 13,30:** Banko og kaffebord

**11. februar kl. 13:** Generalforsamling

### SLAGELSE EFTERLØNS- OG PENSIONISTFORENING

**Mødested:** Midgård, Skolegade 8, Slagelse, medmindre andet er anført

**Formand:** Torben tlf. 23 29 77 99 -  
**Kasserer:** Unni tlf. 28 60 03 18

**30. november kl. 12,45:** Bankospil. Døren åbnes kl. 12, spil starter kl. 12,45.

**1. december kl. 11,30:** Julefest med ande-/flæskesteg og ris a la mande, kaffe og småkager. Drikkevarer kan købes. Underholdning med musik og tryllekunst af John Christensen. Lotteri med mange fine gevinster. Pris for medlemmer kr. 175 (eventuelle gæster, hvis der er plads kr. 300)

**14. december kl. 12,45:** Bankospil. Døren åbnes kl. 12, spil starter kl. 12,45.

**11./25. januar kl. 12,45:** Bankospil. Døren åbnes kl. 12, spil starter kl. 12,45.

**17. januar kl. 10-12:** Mulighed for kontingentindbetaling ved kassereren i Midgård.

**Senest 31. januar:** Kontingent og program for 2019 udsendes. Enlige kr. 165 / ægtepar kr. 300. Kontingent kan indbetales ved bankospil, på posthus, i bank eller på netbank.

### STENLILLE PENSIONISTFORENING

**15. december kl. 12,30-17:** Julefrokost Pedersborg Forsamlingshus. Musikalsk underholdning. Pris kr. 260.

Tilmelding og betaling senest 14 dage før.

**12. februar:** Generalforsamling kl. 13.30 i Aktiviteten.

### ST. TÅSTRUP-UGERLØSE PENSIONISTFORENING

**Program for 2019**

**Mødested:** Merløse, Møllevang, medmindre andet er anført.

**7./21. januar kl. 14:** Banko

**4. februar kl. 14:** Banko

**18. februar kl. 14:** Generalforsamling og banko

### SVEBØLLE PENSIONISTFORENING

**10. december kl. 13,30:** Julefrokost og Juleafslutning. Vi spiser kl. 14. Bjergsted Slagteren leverer maden, 2 x sild, æg og tomater, laks, kamsteg, æbleflæk, risalamande og ost. Pris kr. 220 inkl. drikkevarer. Ved kaffen underholder "Thopper" og spiller op til dans.

### SØRBY OMRÅDETS SENIORKLUB

**Mødested:** Hvidebjergskolen, medmindre andet er oplyst.

**Tirsdage ulige uger kl. 14,30-17:** Seniorklub

## SENIORER I TØLLØSE SODERUP ESKILSTRUP

**Mødested:** Aktivitetshuset kl. 14 i Tølløse, medmindre andet er oplyst.

**Tilmelding:** Lone Østergaard tlf. 23 66 99 44

**4. december kl. 10:** Julefrokost, De Hvide Svaner. Tilmelding senest 21. november. Pris kr. 350.

**16. januar kl. 14:** Første banko i det nye år

**27. februar kl. 14:** Generalforsamling og halv banko

## VALLEKILDE-HØRVE SENIOR- OG PENSIONISTFORENING

**Mødested:** Aulaen på Sydskolens i Hørve, medmindre andet er oplyst.

**Tirsdage kl. 14:** Kortspil på Bakkegården nr. 38.

**6. december kl. 14:** Juleshow med Lotte Riisholt

**10. januar kl. 14:** Grand Prix og Mator Mix. En musikalsk rejse med Grand Prix, revy og musical.

**20. januar kl. 14:** Dragsholm Amatører spiller komedien "Projekt-hvis byer kunne tale"

**24. januar kl. 14:** Banko

## KREDS ØSTSJÆLLAND

Kredsformand Sonja Poulsen  
Møllebakken 1 B, 2680 Solrød Strand  
Tlf. 22 21 14 03 – sonjap2680@gmail.com

## GL. SKOVBO SENIOR- & PENSIONISTFORENING

**Mødested:** Bjæverskov og Omegns Medborgerhus, Lidemarksvej 110, Bjæverskov, medmindre andet er oplyst.

**Tilmelding:** Margith på 22 59 14 18 eller til Hanne på 40 78 19 88.

**4. december kl. 12,30:** Julefest i Gørslev Forsamlingshus. Mødested Trekanten 10, Ringsted. Pris kr. 250 (ikke medlemmer kr. 300). Tilmelding senest 29. november.

**Januar 2019:** Intet arrangement

**28. februar kl. 14:** Fastelavnshygge. Pris, ikke endelig fastsat. Tilmelding senest 24. februar.

**5. april kl. 14:** Generalforsamling. Tilmelding senest 1. april.

## HAVDRUP SENIORKLUB

**Mødested:** Sognehuset, Bistrupvang 33, Havdrup, medmindre andet er oplyst.

**Tilmelding, bindende:** Annette tlf. 60 51 78 80 eller Kirsten tlf. 28 25 31 40

**3. december kl. 13:** Julefrokost med musik og lotteri. Seneste tilmelding 26. november.

**14. januar kl. 14:** Bankospil. Kaffe m/brød kr. 15. Husk fornyelse af medlemskort. Kontingent kr. 150. Tilmelding til generalforsamling 28. januar.

**28. januar kl. 13:** Generalforsamling, dagsorden iflg. vedtægterne. Indkomne forslag skal være bestyrelsen i hænde senest 8 dage før. Tilmelding er nødvendig, da foreningen er vært ved 2 stk. smørrebrød samt kaffe/brød. Drikkevarer for egen regning. Halv banko og lotteri. Seneste tilmelding 21. januar.

**11. februar kl. 14:** Bankospil. Kaffe/brød kr. 15. Tilmelding til fastelavnsfest 25. februar. Pris kr. 150 ekskl. drikkevarer.

**25. februar kl. 13:** Fastelavnsfest i Sognehuset. Der vil være musikalsk underholdning samt lotteri. Seneste tilmelding 18. februar.

## HERFØLGE PENSIONISTFORENING

**Mødested:** Sognegården kl. 13,30 (dørene åbnes kl. 12,30), medmindre andet er oplyst.

**Entre:** Kr. 20 inkl. kaffe, husk selv brød.

**Evt. transport gangbesværede:** Bestilles dagen før hos Herfølge Turistfart tlf. 56 27 40 89

**26. november:** Julebankospil med lotteri i pausen. Der er gratis kaffe. Husk selv brød.

**10. december:** Juleafslutning. Entre kr. 25 inkl. kaffe/kage. Medbring gave til kr. 30. Lizet Band kommer og spiller/synger julesange for os.

**7. januar:** Bankospil. Gratis kaffe husk selv brød. Lotteri i pausen. Husk medlemskort. Sidste frist for køb af billetter til Nytårsfrokost 21. januar.

**21. januar:** Nytårsfest – husk tilmelding. Traditionen tro holder vi vores årlige nytårsfest. I år tager vi "tage ud af huset".

**4. februar:** Musikalsk foredrag af Ivan Liljebak, som fortæller om Flemming "Bamse" Jørgensen.

**18. februar:** Generalforsamling, dagsorden iflg. vedtægterne. Foreningen serverer kaffe med brød til. Efter generalforsamling afholder vi bankospil. Kl. 17 gør vi klar til fællesspisning. Du kan selv tage mad med eller bestille hos Hanne senest 28. januar på tlf. 25 48 74 39.

## HVALSØ PENSIONIST- OG SENIORFORENING

**Mødested:** Hvalsø Østergade Center, medmindre andet er oplyst.

**27. november kl. 13,30:** Julebanko – der spilles om ænder

**11. december kl. 12,30:** Juleafslut-

ning med Juletræ og gaver. Underholdning ved Johnny Hansen. Pris kr. 250 inkl. mad/kaffe/kage samt 1 genstand til maden (øl/vand eller vin). Medbring gave til ca. kr. 30. Bindende tilmelding senest 5. december til Anne-Marie tlf. 46 40 89 08 eller Leif tlf. 41 10 14 07

**15. januar kl. 13,30:** Bankospil

**29. januar kl. 13,30:** Præsentation og salg af Multi-Care magnetsmykker v/ Jette Skov Vestbjerg + lille bankospil.

**12. februar kl. 13,30:** Bankospil

**26. februar kl. 13,30:** Generalforsamling + lille bankospil.

## LEJRE PENSIONISTFORENING

**8. marts kl. 19:** Generalforsamling, afholdes i Felix Lejre. Efter generalforsamlingen afholdes et lille bankospil. Indkomne forslag skal sendes til formanden senest 23. februar (sidste frist 1.marts). Tilmelding nødvendig af hensyn til ost-/rullepøse madder. Tilmeldinger til Gudrun tlf. 46 48 10 15 eller Einhardt tlf. 46 49 63 81

## SENIOR TRÆF ROSKILDE

**Mødested:** Baptistkirken, Vindingevej 32, Roskilde, medmindre andet er oplyst.

**Kontaktperson:** Leif Nielsen tlf. 25 96 72 30

**28. november kl. 13:** Året slutter med en festlig Juleafslutning i SeniorTræf med lækker julemiddag, godter og overraskelser. (Julemiddag kr. 60)

## ÆLDRE HJÆLPER ÆLDRE - ROSKILDE

**Mødested:** Frivilligcentret, Jernbanegade 21A, Roskilde. Se mere på [www.aeldre-roskilde.dk](http://www.aeldre-roskilde.dk).

**Mandag og torsdag:** Besøg på en af vores 3 caféer for socialt samvær

**Torsdag (i lige uger) kl. 14:** Erindringsværksted

**Mandag og onsdag:** Stolemotion

**Mandag-torsdag:** IT-kurser for 60+

## SKENSVED PENSIONISTFORENING

**Mødested:** Selskabslokalerne ved hallen, medmindre andet er oplyst.

**3. december:** Julearrangement (tidspunkt senere)

**17. december kr. 14:** Æbleskiver og gløgg

## ORGANISATIONS- KONSULENT

Organisationskonsulent for  
Region Sjælland  
Rikke Samssund  
Tlf. 35 24 00 42, [rns@danske-seniorer.dk](mailto:rns@danske-seniorer.dk)

# GARANTI FOR TRYGHED



Skal du have nye tænder, garanterer vi, at du bliver tilfreds. Det får du skriftligt, inden behandlingen går i gang. Er du ikke tilfreds inden for 3 måneder, refunderer vi det fulde honorar. Og når du er tilfreds, får du 5 års landsdækkende garanti. Kom og få råd – og bliv tilfreds.

## TandproTetikereren

KLINIKKER PÅ SJÆLLAND:

**Dianalund** Rosenvej 11 · 58 26 40 35

**Haslev** Torvet 9 · 56 31 25 26

**Hillerød** Slotsgade 21 · 48 24 80 10

**Hørsholm** Hovedgaden 55 C · 45 86 78 08

**København Ø** Ndr. Frihavnsgade 10 · 35 38 15 51

**Køge** Bjerggade 7 · 56 63 83 00

**Kgs. Lyngby** Lyngby Hovedgade 47 · 45 93 31 13

**Nykøbing F** Østergågade 24, 2. sal · 54 82 43 10

**Næstved** Banegårdspladsen 1, 1. sal · 55 70 28 20

**Ringsted** Møllegade 12 · 57 61 09 33

**Roskilde** Algade 10, 3. sal · 46 30 70 00

**Rødovre** Rødovre Centrum 207, indgang K · 32 22 31 13

**Slagelse** Smedegade 6, 1. sal · 58 52 22 37

**Valby** Spinderigade 5, 2. sal · 38 80 31 13

Tilfredshedsgaranti · Betaling over op til 5 år · ISO 9001 kvalitets-certificeret · [www.tpt.dk](http://www.tpt.dk)



Tekst: Carsten Holvad

Nogle drømmer om det. Mange taler om det. Og endnu flere leder efter det. Men det kan ofte være meget svært at finde: Det gode fællesskab.

Det fællesskab, som giver glæde, varme, humør, mening og indhold i tilværelsen og minder os om, at "livet er ikke det værste, man har", som digteren Benny Andersen så rigtigt formulerede det i Svantes Viser.

Ingen mennesker planlægger formentlig et liv uden tæt kontakt til andre. Alligevel opdager mange, at de nære relationer bliver færre med tiden. Børnene flytter hjemmefra, vennekredsen skrumper, slægtninge kommer ikke så tit på besøg, og

forbindelsen til kolleger går tabt, når arbejdslivet afløses af et liv på pension. Så kan der blive meget stille. Og det er ikke sundt. Eller som Astrid Lindgrens elskede superpige, Pippi Langstrømpe, udtrykker det: "Hvis man er stille for længe, så visner tungen".

Men hvor kan man så få hjælp til at få tungen på gled igen? Det kan man f.eks. på et højskoleophold. Flere og flere opdager det fællesskab, der opstår omkring fortællinger, samtaler, udflugter, aktiviteter og sange fra højskole-sangbogen.

På Rude Strand Højskole nær Odder i Øst-

jylland oplever ca. 2.400 kursister i år glæden ved et ophold med liv, lyst og masser af inspiration i samvær med andre.

Du kan allerede nu finde de første kurser 2019 på vores hjemmeside [www.rudestrandhøjskole.dk](http://www.rudestrandhøjskole.dk):

I januar er der Stjerner i vintermørket, Tre skønne dage på Rude Strand Højskole, VM i Herrehåndbold 2019 inkl. billet til en af kampene.

Ved flere af kurserne tilbyder vi gratis bus tur/retur fra Sjælør Station på Sjælland med opsamling undervejs. Disse kurser er mærket med

Der er altid bus t/r Skanderborg St.



## KOM TIL TEMADAGE MED OS OG DANSKE SENIORER

Tisvilde  
HØJSKOLE  
50+

Tekst: Sanne Pedersen, Tisvilde Højskole

Kom med, når vi sammen med Danske Seniorer holder temakurser på Tisvilde Højskole i november.

Kurserne er dagskurser med følgende indhold: Rette pille i rette mund, Seniorbofællesskaber, Demens – en sygdom, som kan be-

handles, Tænder, syn, hørelse & bevægelighed – og En værdig død.

Temadagene begynder alle kl. 10.30 og slutter kl. 16.

Du kan læse meget mere om hvert temakursus på vores hjemmeside [www.tisvildehoejskole.dk](http://www.tisvildehoejskole.dk), hvor du også finder link til tilmelding.

### Tema-kursusplan 2018

- 19. november: Rette pille i rette mund
- 20. november: Seniorfællesskaber
- 21. november: Demens – en sygdom

– 22. november: Tænder, syn, hørelse s& bevægelighed

– 23. november: En værdig død

### Pris og tilmelding

Deltagerpris inkl. lækker frokost og kaffe med hjemmebagt kage: 395,- pr. temakursus.

Tilmelding kan ske via link eller på tlf.: 48 70 76 36 i vores telefontid, som er mandag til torsdag kl. 10-14. eller på e-mail til [tisvildehoejskole@gmail.com](mailto:tisvildehoejskole@gmail.com).



Bestyrelsen for Kreds Vestsjælland tæller fem medlemmer. Det er fra venstre de to bestyrelsesmedlemmer Peter Bach Larsen, Orø, og Tove Møller Pedersen, Hørve, samt næstformand Inge Quist Jensen, Mørkøv, formand Ole Jordy, Kalundborg og kasserer John Pedersen fra Jyderup.



## MED EN TESTAMENTARISK GAVE KAN VI REDDE LIV

Læger uden Grænser er altid der, hvor nøden er størst. Midt i katastrofen arbejder vores læger og sygeplejersker i døgndrift for at redde liv. Men vi kan kun hjælpe, hvis vi har penge til medicin og udstyr.

Med en testamentarisk gave til Læger uden Grænser er du med til at sikre et håb og en fremtid for nødlidende børn og voksne.

Arv udgør en vigtig del af de samlede bidrag til Læger uden Grænser. Når vi modtager en testamentarisk gave, tager vi det som et udtryk for stor tillid og moralsk støtte til vores humanitære arbejde. Pengene går bl.a. til:

- Medicinsk nødhjælp ved naturkatastrofer og i flygtningelejre
- Bekæmpelse af livstruende sygdomme som malaria, tuberkulose og hiv/aids
- Mad og behandling til stærkt underernærede børn



Læger uden Grænser er fritaget for arveafgift. Hvis du har besluttet dig for at betænke Læger uden Grænser i dit testamente, kan du få gratis bistand og rådgivning til at udfærdige dit testamente hos Moltke-Leth Advokater, der på denne måde støtter Læger uden Grænser. Kontakt Vibeke Samuelsen på telefon 33 11 65 11 eller på [vs@moltke-leth.dk](mailto:vs@moltke-leth.dk). Alle oplysninger behandles fortroligt, og advokaten har tavshedspligt. Du kan også bestille vores arvefolder på [arv@msf.dk](mailto:arv@msf.dk)

Læger uden Grænser · Strandlodsvej 44, 2 · 2300 København S · Tlf. 39 77 56 00 · [www.msf.dk](http://www.msf.dk)

# Fristende forårsrejser



## Irland i blomst

Irland charmerer året rundt, men tager sig smukkeste ud i foråret, når den står i fuldt flor. Her er mulighed for at opleve rhododendroner i blomst, det vilde og uspolerede Connemara samt Ring of Kerry, Dublin m.m. Inklusiv alle dagsudflugter, 7 x morgenmad, 6 x middag og dansk rejseleder.

**Fly fra København** 6/5, 13/5, 20/5\*.

**Fly fra Aalborg** 6/5, 13/5\*. \*Få ledige pladser

**8 dage fra kr. 7.298.**

Se [gislev-rejser.dk/irb](http://gislev-rejser.dk/irb)



## Holland i blomst

Du bor i centrum af charmerende Harderwijk på et dejligt hotel. Udflugt til verdens største blomsterpark Keukenhof og byrundtur i Amsterdam med mulighed for sejltur i kanalbåd. Oplev også Hollands Venedig, Giethoorn. Kvalitetsrejse med stort indhold. Inkl. 4 x halvpension, alle udflugter og dansk rejseleder.

**Bus fra Sjælland\*, Jylland og Fyn**

2/4, 6/4\*, 10/4\*, 14/4\*, 18/4\*, 22/4, 26/4, 30/4, 4/5.

**5 dage fra kr. 3.998.**

Se [gislev-rejser.dk/hol](http://gislev-rejser.dk/hol)



5 x  
hjælp  
pension  
med  
drikkevarer  
i Italien

## Adriaterhavets kyst

Rejse med ægte italiensk feriecharme. Du bor på gode hoteller nær stranden. Flotte udflugter til Ravenna, San Marino og Bologna. Mulighed for at opleve den flydende by Venedig og sejltur på kanalerne. Inklusiv 8 x morgenmad, 5 x frokost/madpakker med drikkevarer, 8 x middag, 3 udflugter og dansk rejseleder.

**Bus fra Sjælland, Jylland og Fyn**

30/3, 6/4, 13/4, 20/4, 4/5, 18/5.

**9 dage fra kr. 4.998.**

Se [gislev-rejser.dk/cesa](http://gislev-rejser.dk/cesa)



## Skotland i blomst

Foråret er et skønt tidspunkt at besøge Skotland på. Glæd dig til flotte naturoplevelser, charmerende byer og gæstfrie skotter. Oplev bl.a. det smukke skotske Højland, Urquhart Castle ved Loch Ness, Inveraray og det geniale slusehjul, Falkirk Wheel. Inkl. 7 x morgenmad, 5 x middag, alle udflugter og dansk rejseleder.

**Fly fra København og Aalborg**

8/5, 15/5.

**8 dage fra kr. 7.898.**

Se [gislev-rejser.dk/skb](http://gislev-rejser.dk/skb)

Start rejsen på [www.gislev-rejser.dk](http://www.gislev-rejser.dk) • Tlf. 62 29 12 10 • Man - fre 9 - 17

**Gislev**

DEL DRØMMEN