



# Ældre Sagen

**PROGRAM 1. halvår 2018**



Æ' Skiw i Varde Å  
Varde



Et esehus i  
Blaabjerg



Tirpitz Museum, Blåvandshuk





## Kære medlemmer

I skrivende stund har vi nu i vores lokalkreds 5041 medlemmer. Vi har rundet medlem nr. 5000, hvilket vi har markeret ved at besøge Ninna Appel Olesen og overrække hende en buket blomster med hilsen fra Ældre Sagen.

Med ca. 90 frivillige har vi i år kunnet tilbyde mange fælles aktiviteter. Men for at påskønne alle frivilliges arbejde, har vi i år været på en heldagsudflugt til Nørre Vosborg og Hostahaven ved Ringkøbing. En sådan tur er med til at skabe et godt fællesskab. Tak til alle vores frivillige, uden deres aktive indsats ville der ingen tilbud være til vores medlemmer.

Vi har meget god succes med vores spis-sammen dage, og nu går vi videre.

Vi tilbyder et mødested, hvor mennesker med lettere hukommelsessvigt kan mødes og få en hyggelig eftermiddag sammen med andre i deres nærmiljø.

Af andre nye tiltag har vi fået Værktøjskassen lagt ind under Ældre Sagen. Den er tænkt som en hjælp til ældre borgere, som ikke har familie eller gode naboer lige i nærheden, når små reparationer skal klares.

Et andet nyt tilbud bliver digital tilmelding, Online Booking, som vi gradvis vil prøve at indføre. Det svarer til at bestille og betale en rejse eller teaterbillet på nettet. Læs mere om de nye og alle de andre tilbud inde i bladet.

I vores program ser I flere udflugter og virksomhedsbesøg med forskellige krav til fysiske evner, spørg turarrangøren om krav ved tilmelding. Vi håber, vi når ud til jer alle med noget, der kan have jeres interesse.

Vi glæder os til at se mange til vores Årsmøde i det nye år.

På bestyrelsens vegne ønskes alle en rigtig god jul samt et godt nytår.

På gensyn i det nye år.

Marianne Zwinge

## Årsmøde

**Onsdag den 7. marts kl. 17**

**Fritidscentret, Lerpøtvej 55 Varde**

Dagsorden iflg. vedtægterne.

Efter årsmødet kl. 18.30 vil der være middag, hvor Ældre Sagen betaler en del af kuvertprisen.

Egenbetaling er 100 kr., drikkevarer er for egen regning.

Efter middagen vil der være kaffe og underholdning med fællessang ved Sidsel Maria Michelsen, kendt fra Mariehaven.

Tilmelding til fællesspisning senest torsdag den 1. marts kl. 12:

Edith Lilleholt tlf 20 67 72 19 Mail: [edith.lilleholt@gmail.com](mailto:edith.lilleholt@gmail.com)

Lise Hvelplund tlf 21 22 91 44 Mail: [lisehv@bbsyd.dk](mailto:lisehv@bbsyd.dk)

Aage Charles Hansen tlf 75 27 16 69 Mail: [borrevej33@bbsyd.dk](mailto:borrevej33@bbsyd.dk)



**Ældre Sagen  
siger tillykke til  
Ninna Appel  
Olesen**





## Ældre Sagen har følgende tilbud

### Hjælp og tryghed

#### Gå-med-tjeneste

Ledsagelse til sygehus, specialist o.l., hvis familie eller døgnpleje ikke har mulighed for det.

Kontaktpersoner:

Benta Petersen, tlf. 21 73 67 31

Edith Lilleholt, tlf. 20 67 72 19

#### Besøg hos enlige eller par

**Til par** tilbyder vi besøg i hjem, hvor pårørende til syge eller svækkede har behov for trygt at kunne koble af et par timer.

**Til enlige** kan vi komme som besøgsvenner og evt. gå med til læge, til frisør, på indkøb, gå en tur eller læse avis. Tilbuddet er et supplement til diverse offentlige ordninger. Vi udfører ikke hjemmesygepleje, hjemmehjælp eller andre faggruppers arbejde. Tryghed og nærvær er det gennemgående.

Vi tilbyder at komme 1 – 3 timer pr. gang.

De frivillige er mennesker, som er motiverede og modne og gerne vil yde noget for deres medmennesker. De frivillige har tavshedspligt.

Tilbuddet er gratis, og man behøver ikke at være medlem af Ældre Sagen for at modtage tilbuddet.

#### Kontaktperson for Varde:

I samarbejde med Aflastningstjenesten – Ragnhild Kallestrup, tlf. 23 65 68 33

#### Kontaktperson for Blåbjerg:

Kirsten Larsen, tlf. 61 60 21 66

#### Telefontjenesten

Tilbydes – især til enlige – et tryghedsopkald hver morgen.

#### Kontaktperson for Varde:

Helle Nicolaisen, tlf. 75 22 25 94

Ragnhild Pallesen, tlf. 51 21 34 38

#### Kontaktperson for Blåbjerg:

Elly Pedersen, tlf. 75 25 12 82

Anna Bjerg, tlf. 75 28 83 33



Forsidebilleder af Povl Birch, Klinting





## Nyt tiltag

### ONLINE BOOKING

Ældresagen introducere "online booking", hvor man på internettet booker udflugter og betaler via internettet, det svarer til at bestille en rejse eller teaterbillet på internettet.

I skal åbne internettet og taste (**ældresagen.dk/varde**). Her kommer Vardes hjemmeside. Nu finder I det arrangement, I ønsker at deltage i, klikker på "tilmeld" og udfylder de rubrikker, der dukker op. Indtast jeres medlems nr., fødselsdag samt mail adr. Senere kommer betalingen med visa/dankort/Mobile Pay. I kan også spørge turarrangøren om hjælp til at oprette jer i (online booking) Det bliver til stor aflastning for arrangørerne, hvis "online booking" bliver godt modtaget.

Hvis I ikke selv har adgang eller kan bruge internettet, kan I måske få en flink nabo eller jeres børn til at oprette tilmeldingen og betale via betalingskort og så afregne med dem.

I kan selvfølgelig også tilmelde jer turen til arrangøren og så aftale, hvordan betalingen skal foregå.

Vi anbefaler varmt, at I kigger ind på [ældresagen.dk](http://ældresagen.dk), hvor der er mange aktuelle oplysninger for ældre.

For at vide hvad der sker i Ældresagen, Varde-Blaabjerg-Blåvandshuk, så skriv (**[www.ældresagen.dk/varde](http://www.ældresagen.dk/varde)**)

## Nye tilbud

### Mødested for mennesker med hukommelsessvigt

Ældre Sagen indbyder alle som lider af lettere hukommelsessvigt til en hyggelig eftermiddag med sang, musik, bevægelse samt kaffe og kage.

Olga Vindbjerg og Birgit Ladegaard vil gøre deres til, at det bliver en god eftermiddag. Kom sammen med en pårørende.

Vi glæder os til at se **dig** og rigtig mange andre til en dejlig eftermiddag.

Pris 50 kr. for begge.

**Kulturhuset Nørre Nebel, Sdr. Alle 21. onsdag d. 21. marts kl. 14.30 - 16.30**

**tilmelding til: Lise tlf. 75 28 23 71,**

**Medborgerhuset i Varde, Storegade 57. onsdag d. 11. april Kl. 14.30 – 16.00**

**tilmelding til: Edith tlf. 20 67 72 19,**

**Medborgerhuset Oksbøl, Vestergade 27. torsdag d. 3. maj kl. 14.30 - 16.00**

**tilmelding til: Aage tlf. 75 27 16 69**





### Værktøjskassen

#### **Mange ældre kan ikke klare små håndværksmæssige opgaver... andre kan!**

Du kan f. eks få hjælp til ophængning af billeder, udskiftning af elpærer og sikringer, små reparationer, indstilling af TV, enkle computer og printerfejl, reparation af din cykel-og meget andet...

#### **Den frivillige i Ældre Sagen bruger sin fritid på at hjælpe.**

Du kan ikke bestille én til at komme på et bestemt tidspunkt.

Du kan kun få hjælp til enkeltstående opgaver.

Der udføres ikke havearbejde.

Evt. udgift til kørsel betales af brugeren.

Som frivillig i Værktøjskassen har man tavshedspligt.

Henvendelse: mandag og onsdag kl. 10 -12 tirsdag kl. 14-16

Hans Jørgen Mortensen tlf. 42 33 98 60

### Golf

Har du lyst til at finde ud af, om golf er en sport for dig? Du får motion og socialt samvær, du opholder dig i den smukke natur, du træner øjet, koordinationen, koncentrationen, og du kan spille golf som 90 årig. Hvorfor ikke give det en chance.

Træning og spil hver tirsdag:

Kl. 09:00 – kl. 10:00: Træning under ledelse af Varde Golfklubs pro.

Kl. 10:00 – kl. 11:30: Spil på par 3 banen sammen med frivillige fra ÆS.

Kl. 11:30 - Hyggeligt samvær i klubben.

#### **Pris: 300 kr. for perioden 10. april - 26. juni**

Klubben stiller golfsæt og træningsbolde på Drivingrange gratis til rådighed.

Alle øvrige dage: Fri adgang til træningsanlægget og klubhuset.

Den første dag er orienteringsdag, uden krav om betaling inden endelig stillingtagen. Begynderforløbet vil være åbent for alle, prisen for ikke medlemmer: 500 kr.

Tilmelding senest 10 marts:

Birgit Sikjær tlf.: 28 65 27 96 mail: birgit@sikjaer.dk

Hans Simon Pallesen tlf.: 50 86 19 26 mail. Pallesen79@mail.com

**KØB IKKE gravstenen før du har talt med ...**



### **Næslev's Stenhuggeri**

Håndværkervej 2 • 6800 Varde

Åbent: man-fre: kl. 9.00-17.30 • Lør: kl. 9.30-12.00

Udstilling: Nørremarken 1 • 6753 Agerbæk

**www.naeslevstenhuggeri.dk • Tlf. 75 22 02 44**





Ældre  Sagen

## Aktivitet og socialt samvær

### Varde

**Medborgerhuset, Storegade 57**

### L'hombre

Hver mandag kl. 13:45 – 15:45

Første gang 8. januar. Sæsonen følger skolernes ferieplaner.

Kom og spil L'hombre, et gammelt kortspil.

Instruktør: Jørgen Slivsgaard, Tistrup.

Leder: Sigrid Lorentzen

Alle er velkomne.

### Gå og Grin

**Medborgerhuset, Storegade 57**

**Hver onsdag kl. 13**

Mangler du nogen at gå tur med? Oplev by og natur sammen med os. Gåturen afsluttes med en kop kaffe. Du betaler selv for kaffen.

Sidste onsdag i hver måned er der fælles transport i bil ud i omegnen, hvor vi finder spændende steder at gå.

Alle er velkomne.

For yderlige oplysninger kontakt Helle Nicolaisen, tlf. 75 22 25 94



**Bestil synsprøve  
på [louisnielsen.dk](http://louisnielsen.dk)**

**Varde** Vestergade 10a  
Tlf: 96325075

**KompletTilfreds**  
eller pengene tilbage ✓

**Livet begynder ved 60.  
Det samme gør 25% rabat hos Louis Nielsen.**

**Inkluderer stel, glas og tilvalgsmuligheder**

Sku' ha' gået til  
**Louis Nielsen**

Hvis du er over 60 år får du 25% rabat ved køb af stel fra 195 kr. Rabatten gives også på glas med glidende overgang fra 700 kr. og på eventuelle tilvalgsmuligheder. Kan ikke kombineres med KompletPris, 2for1 og tilbud. KompletTilfreds gælder 3 måneder fra køb. © 2014 Specsavers





## Oksbøl

### **Ældre Sagen i samarbejde med Medborgerhuset Medborgerhuset, Vestergade 27**

#### **Aktivitets eftermiddage**

Hver onsdag eftermiddag fra kl. 13.30 – 16.30 er vi ca. 30 til 40 personer, som hygger os med forskellige aktiviteter. Nogle laver kort, æsker, strikker, hækler eller andet. Der er 2 hold som spiller whist, og op til 4 hold som spiller "Skat". De, der spiller Skat, vil gerne lære nye deltagere spillet. Der er også mulighed for brætspil, så mød op. Hvis I har forslag til andre aktiviteter, er de meget velkomne.

#### **Sangeftermiddage: søndag den 4. februar og søndag den 4. marts.**

Vi synger fortrinsvis sange fra højskolesangbogen fra kl. 14.00 – 16.00 og får hjælp af 2 eller 3 spillemænd. I forbindelse med kaffen vil der være et kort indlæg med billeder af rejseoplevelse, eller en historie vil blive læst op.

**Pris: 25 kr.**

#### **Gåture i Oksbøl**

##### **Turene starter fra Medborgerhuset.**

Hver onsdag formiddag kl. 9.00, undtagen i juli og december måned, går vi en tur i skoven. I sommermånederne kører vi tit i bil ud i nærområdet og går en tur.

Der bliver 2 ture – en lang tur på ca. 5 km og en kort tur på ca. 3 km.

Vi slutter af med en kop kaffe og synger en sang i Medborgerhuset, pris 15 kr.

Kører vi ud i området, har vi kaffen med, og så koster kaffen 20 kr. Er dog gratis for dem, der lægger bil til.

#### **Krolf i Oksbøl**

Krolf er et spil, som er startet op mange steder i de senere år. Det er hverken golf eller krocket, men noget der imellem. I Oksbøl har vi 2 baner ved Danhostel over for Idrætscenteret.

Vi starter torsdag den 19. april og spiller fra kl. 9.30 til 11.30 til sidst i oktober.

Vi har køller og kugler.

**Årskontingent: 100 kr.**

For flere oplysninger kontakt Christian eller Ulla Jensen, Gl. Møllevej 24, Oksbøl, tlf. 20 41 94 40 eller 42 16 54 83.



Ældre  Sagen

## Spis sammen arrangementer i Varde Kommune

Vi arrangerer "spis sammen arrangementer/suppedage" i Varde, Nørre Nebel og Oksbøl. Initiativet er taget for at skabe sociale relationer.

### Varde

**Medborgerhuset, Storegade 57 Varde kl. 12**

Søndage: 28. jan. – 25. feb. – 25. marts – 29. apr. – 27. maj.

Let middagsret og kaffe og kage

**Pris 60 kr.**

Har du svært ved at komme til Medborgerhuset, så giv besked derom ved tilmeldingen.

Tilmelding senes fredag middag til

Edith Lilleholt, tlf. 20 67 72 19 eller Sonja Knudsen, tlf. 23 30 70 74

### Oksbøl

**Medborgerhuset, Vestergade 27, Oksbøl kl. 12.00**

Onsdage: 31. jan. – 28. feb. – 28. marts – 25. apr. – 30. maj – 27. juni.

Let ret eller suppe

**pris 40 kr.** Tilmelding gerne 3 dage før til

Doris Jøker, tlf. 28 74 16 20 eller Aage Charles Hansen, tlf. 75 27 16 69

### Skal der være fest

Hotel Outrup byder på lyse, venlige lokaler og et bredt menukort. Vi leverer også maden ud, hvis I selv har lokalerne.  
Så går du/I med festplaner, så ring 75251800, hør om datoen er ledig og få tilsendt vores menufolder eller hent den selv på vores hjemmeside [www.hoteloutrup.dk](http://www.hoteloutrup.dk).  
*Med venlig hilsen Marianne Staal*

### Pensionistmad

Går du/I med tanker på at få jeres daglige middagsmad ind af døren hver dag, så leverer vi via fritvalgsordningen i Varde Kommune. Hør nærmere på Kommunen, hvordan fritvalgsbeviset fungerer. Vi laver god gammeldaws hverdagsmad, som "hvor mor lavede den". Vi skræller selv vores kartofler, og maden er frisk-lavet lige før udbringningen hver dag.  
Ring evt. for at høre nærmere, eller få tilsendt en madplan til gennemsyn.



**Hotel Outrup**  
Tlf. 75 25 18 00  
Jernbanegade 2, Outrup



Hotel Outrup

Hotel Outrup · Jernbanegade 2 · 6855 Outrup · Tlf. 75 25 18 00 · [info@hoteloutrup.dk](mailto:info@hoteloutrup.dk) · [www.hoteloutrup.dk](http://www.hoteloutrup.dk)





## Nørre Nebel

Kulturhuset, Sdr. Alle 21 Nr. Nebel kl. 12 – 14

Gør en lang søndag hyggelig i samvær med andre.

Kulturhuset, Sdr. Alle 21 Nr. Nebel

søndage, 4. februar - 4. marts og 8. april kl. 12:00 – 14:00.

**Pris 50 kr. inkl. drikkevarer**

Har du svært ved at komme til Nørre Nebel, giv besked derom ved tilmeldingen.

Tilmelding senest 3 dage før til:

Lise Hvelplund 75 282 371 eller Kirsten Larsen tlf. 61 60 21 66

**Blaabjerg Pleje- og Aktivitetscenter Byagervej 19, Nr. Nebel kl. 11:30 – 13:30.**

**"SUPPE-SØNDAG"**

**Ældresagen i samarbejde med Blaabjerg Pleje- og Aktivitetscenter**

**Søndage: 18. februar - 18. marts og 16. april**

Der serveres suppe eller anden hovedret + en bilet.

**Pris kr. 75 incl. drikkevarer.**

Tilmelding til plejehjemmets sekretær, tlf. 7994 8382,

senest 3 dage før. Betaling sker på dagen.



ThomasHenrik

Et spørgsmål om livskvalitet...

# Tandproteser

- Vi fremstiller hel- og delproteser på eget laboratorium
- Vi tilpasser og justerer ældre tandproteser
- Vi hjælper med ansøgning om off. tilskud
- Tryklåsproteser • Tandudtrækningsproteser
- Vi yder op til 6 års garanti • Snorkeskinner

**RING** og bestil  
tid til en **GRATIS**  
og uforpligtende  
undersøgelse og  
samtale.



## TANDPROTESE KLINIKKEN

Klinisk Tandtekniker Henrik Kirkeby • Lab. Tandtekniker Thomas E. Pedersen

**Nordre Boulevard 92 A • 6800 Varde - indgang fra laboratorievej**





Ældre  Sagen

## Foredrag

Varde

Medborgerhuset, Storegade 57, Varde (der er teleslynge)

Alle foredrag er kl. 14 – 16 Pris 60 kr.

**Søndag den 14. januar**

**Et langt og spændende liv i turismens tjeneste.**

Inge Vad Wodskou vil fortælle og vise billeder fra et langt og begivenhedsrigt liv.

**Søndag den 11. februar**

Danske hospitalsklovne kommer og fortæller om, hvordan de arbejder med syge, hospitalsindlagte børn. Hospitalsklovnene kan med deres blide og naive figurer spejle barnets følelser og få det til at løsne op på trods af den ubehagelige situation, det befinder sig i. Ved at fjerne fokus fra sygehuset, medicinen og sygdommen kan hospitalsklovnene ofte skabe et pusterum for de pårørende.

**Søndag den 11. marts kl. 14,00.**

Sognepræst Henrik Vejlgård Kristensen fortæller om en spændende studierejse til det ellers så lukkede munkesamfund med ortodokse munke i det nordlige Grækenland.

**Søndag den 15. april kl. 14,00.**

**En munter eftermiddag med sang og historier.** Spillemanden, entertaineren og gøgleren Jan Grønbæk kommer med sin fortryllende harmonika og spiller gamle og nye melodier. Han har en brændende passion for det gamle gøgleri fra dengang spillemand og lirekassemand var en, der fik børn og voksne til at synge og danse i gårdene.



**SPAREKASSEN**  
for Nørre Nebel og Omegn

Vi er det lokale pengeinstitut.  
Vi vil også gerne være dit.

[www.sparnebel.dk](http://www.sparnebel.dk)





## Nørre Nebel

Kulturhuset, Sdr. Alle 21

Alle foredrag er fra kl. 10 – 12 Pris 40 kr.

### Søn af fjenden

**Onsdag den 10. januar**

Peter Jepsen, Give, fortæller om sin barndom og ungdom, hvor han er vokset op hos sin mors forældre. Problemet i hans opvækst var, at hans far var tysk soldat og moderen var Sønderjyde. Det var ikke en særlig god kombination under 2. verdenskrig. Begge forældre dør inden Peter fylder 1 år. Han bliver på et tidspunkt adopteret af moderens forældre. Han vokser op i Kolding, hvor alle vidste, at hans far var tysk soldat. Det gav en opvækst, der ikke altid var rar, det var for tæt på krigens afslutning og hadet til tyskerne sad i mange.

### Havets døtre

**Onsdag den 24. januar**

Det er lykkedes os at få fat i forfatter Hanne Faldborg, der vil fortælle om romanen HAVETS DØTRE, der primært foregår i Nyminddegab og Newl. Foredraget bliver en medrivende fortælling om to fattige daglejerdøtre, der drømmer om et bedre liv end forældrenes - og får det. Hanne Faldborg lover, at lattermusklerne kommer på overarbejde, for romanen bæres af vestjysk humor og egenart, men alle får også noget at tænke over.

### Korsbæk i mit hjerte

**Onsdag den 14. februar**

Oplev Henning Hansen i sprudlende foredrag/fortælling/causeri om Danmarks kulturskat Matador. En filosofisk/humoristisk/kærlig skildring af Lise Nørgaards fuldstændige usminkede sandhed om os alle, i den historiske fortælling der udspiller sig i Korsbæk 1929-1947. "Tiden er ingenlunde spildt", sagde Mads Skjern! Gode fortællinger, båret af enestående nuancerede personskildringer må opleves igen og igen. Hør om kærlighed og humor i Korsbæk.

### To danske bønder i audiens hos paven

**Onsdag den 28. februar**

Kjartan Poulsen Økobonden fra Vittarp - håber på hjælp fra højere magter og fortæller om et landbrug i samarbejde. Om økologi, tid til tanker, et landbrug i samarbejde og fra Vestjylland til Brüssel. Vi arbejder for at bønder skal få en retfærdig pris for vores produkter. Bønder i alle lande må være solidariske og stå sammen, for at vi kan løfte vores pris til bonden i fællesskab. Ekstraprisen på mælk kommer alle Arlas andelshavere til gode, er Kjartan Poulsen og Arla nu enige om.





## Ældre @ Sagen

### **Jule-vagabond testede syd- og sønderjydernes hjertevarme**

**Onsdag den 14. marts**

Michael Nørrelund, Journalist ved tv Syd, gik 450 kilometer rundt i alle verdenshjørner af Syd- og Sønderjylland i december, og snakkede med og interviewede et utal af helt almindelige mennesker, som han mødte på sin vej. Alt imens han lavede radio på P4 Syd og Esbjerg. Han havde hverken mad eller penge med, og han sov hos 24 forskellige familier i løbet af julemåneden, og dansede rundt om træet juleaften hos en familie, som han aldrig før havde mødt. Det var en utroligt lærerig og spændende, men også hård tur. I sit foredrag fortæller han selvfølgelig om baggrunden for turen, hvordan han klarede skærene, og de store fysiske og psykiske problemer han stødte på undervejs.

### **Kirkens sociale ansvar for samfundets mest udsatte mennesker**

**Onsdag den 28. marts**

“Hvordan det går os her i livet afhænger af, hvor meget far og mor kysser hinanden.” Kom og hør korshærspræst Morten Aagaard, Århus, fortælle om kirkens sociale ansvar for samfundets mest udsatte medmennesker, om den sociale arv, om Kirkens Korshærs arbejde og om hvordan vi som kirke og privatpersoner bedst muligt hjælper!

### **Bliver 'robotterne kommer' fremtidens udgave af 'ulven kommer'??**

**Onsdag den 11. april**

Asbjørn Skovsende, Digital formidler, gør os klogere på den teknologiske udvikling som brager afsted med en fart de færreste formår at forstå til fulde. Hvilken betydning har den udvikling for vores børnebørn? Verden tilhører dem der forstår at forandre, men hvilken forandring er der tale om?

### **Når livet skal leves HELE livet**

Helle Dyvig Tranberg, Leder af showroom for velfærdsteknologi fortæller om, hvordan vi ældre kan bruge teknologien til at tage over, der hvor egne kræfter slipper op – og hvordan man kan indrette sin bolig, så man kan klare sig selv længst mulig i eget hjem.

### **Sangformiddag med højskolesangbogen Jakob Tybjerg**

**Onsdag den 25. april**

Jacob er en meget levende person, der går op i sin rolle som sangpædagog, et livstykke af glæde og iver, der smitter af på publikum. Jacob er en meget charmerende lærer og utrolig musikalsk, han mestrer mange instrumenter og er en utrolig god pianist, alt sammen kombineret med morsomme indslag af historier. Der er fart over feltet, gode og muntre historier undervejs og stort set alle klaverets tangenter – og deltageres stemmebånd - bliver brugt, når Jacob får ansvaret for en sangformiddag!





## IT Kurser

**Varde, Biblioteket**

**IPad**

5 gange Første gang, mandag den 19. februar kl. 9:30.

Medbring egen IPad.

**Pris: 50 kr.**

Tilmelding senest 28. januar:

Hans Simon Pallesen, tlf. 50 86 19 26. mail: pallesen79@gmail.com

## Slægtsforskning

8 gange. Første gang, torsdag den 25. januar. Fri i vinterferie.

Kurset henvender sig til nybegyndere.

Medbring egen PC.

**Pris: 100 kr.**

Tilmelding senest 15. januar:

Hans Simon Pallesen 50 86 19 26. mail: pallesen79@gmail.com

## Kan du hjælpe ?

**Ældresagen mangler undervisere til IT kurser.**

Vi mangler personer til undervisning i tablet med android og IOS styresystem.

Vi ser også et behov for undervisning i brug af de sociale medier.

Brugere der har lyst til undervisning i andet end de udbudte systemer, vil vi gerne høre fra, for at kunne tilrettelægge kommende undervisning.





**JANNIK LYNNGE**  
**VVS & BLIK**  
**VARDE OLIEFYR SERVICE**

VVS, Blik & Oliefyr • tlf. 28 29 12 12 • Gas • vagt tlf. 75 25 12 12 • Industrivej 5 • 6840 Oksbøl





## IT Kurser

**Nørre Nebel, Kulturhuset Sdr. Alle 21**

### Slægtsforskning for begyndere og let øvede

8 gange. Første gang, torsdag den 18 januar kl. 10 – 12.

Kom og lær hvordan man kommer i gang med eller arbejder videre med slægtsforskning. Medbring PC. Max 8 deltagere.

**Pris 100 kr.**

Tilmelding senest 16. januar: Lise Hvelplund lisehv@bbsyd.dk tlf.75 28 23 71

### Billedbehandling

4 gange. Første gang, den 29. januar kl. 10-12.

Billedbehandling, opretning, beskæring, forbedring og manipulation af egne billeder optaget med digitalkamera. Vi arbejder med Windows PC' er og fotobøger efter CEWE-systemet. Medbring PC.

**Pris 50 kr.**

Tilmelding senest 25. januar: Lise Hvelplund lisehv@bbsyd.dk tlf.75 28 23 71

### Sociale Medier – hvad er det, og hvad kan de? / Dennis Birk.

4 gange. Første gang, den 31. januar 10-12.

Introduktion til sociale medier og hvilke der findes. Vi kikker primært på Facebook, Twitter, Instagram, Snapchat og YouTube. Hvordan bruger man de forskellige, og hvad er forskellen.

- 31/1 kl. 10-12 introduktion til det basale omkring brugen af sociale medier ved lokale IT instruktører.
- 7/2 kl. 9-12 undervises af en professionel underviser, én af Ældre Sagen foretrukne undervisere i IT, Dennis Birk, som skiftevis vil undervise og afholde små øvelser.
- 21/2 og den 2/3 kl. 10-12 arbejdes der videre med det lærte ved lokale IT instruktører.

**Pris 100 kr.** Max 25 deltagere.

Tilmelding senest 25. januar: Lise Hvelplund lisehv@bbsyd.dk tlf.75 28 23 71

### IPad kursus

4 gange. Første gang, den 5. marts kl.10-12

Lær at bruge din iPad i hverdagen og til mere specielle formål.

Medbring iPad. Max 10 deltagere.

**Pris 50 kr.**

Tilmelding senest 1. marts:

Lise Hvelplund, lisehv@bbsyd.dk

tlf. 75 28 23 71





**OBS:**  
Du kan tidligst  
tilmelde dig til  
arrangementerne  
8. januar 2018

## Ture og udflugter

### Besøg på Warwik Bryghus

**Torsdag den 8. februar kl. 14.00**

Vi mødes ved bryghuset Vestervold 18 B Varde  
for at få en rundvisning, et foredrag og smagsprøver.

**Pris: 160 kr.** og ventes at vare ca. 2,5 time.

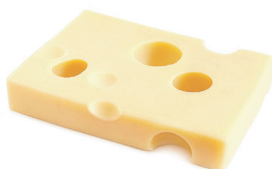
Minimum 15 deltager.

Tilmelding senest d. 1. februar til:

Online booking [aeldresagen.dk/varde](http://aeldresagen.dk/varde)

Hans Simon Pallesen, tlf. 50 86 19 26. mail: [pallesen79@gmail.com](mailto:pallesen79@gmail.com).

Birgit Sikær tlf. 28 65 27 96 Mail: [birgit@sikjaer.dk](mailto:birgit@sikjaer.dk)



### Besøg på Enghavegård, oste - og gårdbutik

**Torsdag den 22. marts kl. 14 – ca. 16**

Vi mødes, Ho Bugt Vej 17 6852 Billum.

Martin Hansen solgte i 2016 sin slagterbutik for at lære at lave oste og købe  
sammen med sin kone Lone, Enghavegård Ost.

Nu er de færdige med at bygge ud, lave om og er klar til at få besøg.

Vi får en rundvisning, hvor vi skal høre om, hvordan han fremstiller ostene og  
pølserne, og vi får smagsprøver sammen med et glas vin. Der er selvfølgelig  
mulighed for at købe oste og pølser.

Alt dette for 120 kr. Minimum 15 deltagere.

Online booking: [aeldresagen.dk/varde](http://aeldresagen.dk/varde)

Karin Mortensen 23266199 eller på [mortensen.alslev@gmail.com](mailto:mortensen.alslev@gmail.com)

Lise Hvelplund 75282371 eller [lisehv@bbsyd.dk](mailto:lisehv@bbsyd.dk)





### Besøg Forsvarets træningsområde (Brik by)

I april måned 2018, dato og kl. vil blive annonceret i Ugeavisen Varde og på hjemmesiden først i april.

Vi ser og får fortalt om de bygninger, som vore soldater bliver trænet i, før de sendes ud i verden. Rundvisningen tager ca. 1 time.

Vi drikker kaffe med kage, før vi kører hjem.

Vi skal selv sørge for transport og mødes i Brik by, som ligger på vejen til Børsmose. Vi kører mod Børsmose og passerer krydset med Kærsgaardvej fortsætter mod Børsmose og drejer op med første grusvej til højre.

Pris: 30 kr.pr. person. Max. 35 personer.

Online booking: [aeldresagen.dk/varde](http://aeldresagen.dk/varde)

Aage Charles Hansen, tlf. 75 27 16 69, mail: [borrevej33@bbsyd.dk](mailto:borrevej33@bbsyd.dk) eller

Niels Jørgensen, tlf. 20 66 93 76, mail: [niels@hein-jorgensen.dk](mailto:niels@hein-jorgensen.dk)

### Besøg Bork Vikingehavn og Fahl Kro

**Onsdag den 9. maj kl. 13:30 – 16:30**

**Mødested Fahl Kro, Oblingvej 34 Sdr. Bork kl. 13:30**

Få en guidet rundvisning på Vikingecentret med en "ægte viking" og nyd efterfølgende kaffen med kringle og lagkage på Fahl Kro. Efter kaffen kan man frit igen gå rundt på udstillingerne.

**Pris kr. 150 kr.**

Vi kører i egne biler, men prøver at lave samkørsel for de, der måtte ønske det.

Sig til ved tilmelding. Tilmelding senest den 25. april til:

Online booking: [aeldresagen.dk/varde](http://aeldresagen.dk/varde)

Lise Hvelplund tlf. 75282371 – 21229144, Marianne Zwinge tlf. 75288754





## Tur til Thy og Mors

**Onsdag den 13. - 14. maj 2018**

**Afgangstider: Læssevejen Varde kl. 7:00 Brugsen i Janderup kl. 7:05 Fakta i Oksbøl kl. 7:15 Brugsen i Outrup kl. 7:30 Kulturhuset i Nr. Nebel kl. 7:40**

Vi kører langs den jyske vestkyst til Bovbjerg fyr, hvor vi drikker formiddagskaffe. Turen fortsætter til Thyborøn, hvor vi får en rundvisning på Sea War Museet og besøger mindeparken, med de mange skulpturer, til minde om de omkomne i Jyllandsslaget 1916.

Vi tager færgen til Agger og fortsætter til Lodbjerg kirke og videre gennem Naturpark Thy.

Overnatning på Hotel Limfjorden i Thisted, hvor vi også spiser aftensmad.

Efter morgenmaden kører vi videre op langs kysten og forbi Østerild, hvor de store testvindmøller står. Fra bussen får vi også et lille kig ind i Frøstruplejren (Thylejren). Vi besøger Kirsten Kjærs Museum, et privat kunstmuseum med en stor samling malerier og tegninger.

Turen fortsætter med færgen over Feggesund til Mors, hvor vi besøger Fossil- og Molermuseet, der har en fantastisk samling af fossiler, der næsten alle er fundet i moleret på Mors. Derefter får vi en guidet rundtur på Mors, vi stopper bl.a. ved Skarregård Landbrugsmuseum og ved det berømte Hanklit, som er Danmarks højeste molerskrænt, og hvor man tydeligt kan se de forskellige geologiske lag, klinten består af.

På hjemturen holder vi en pause, hvor vi spiser aftensmad.

**Pris 2.350 kr. pr. person + enkeltværelsestillæg 300 kr.**

Prisen dækker : kørsel, overnatning i dobbeltværelse, helpension, færger, guide og entreer.

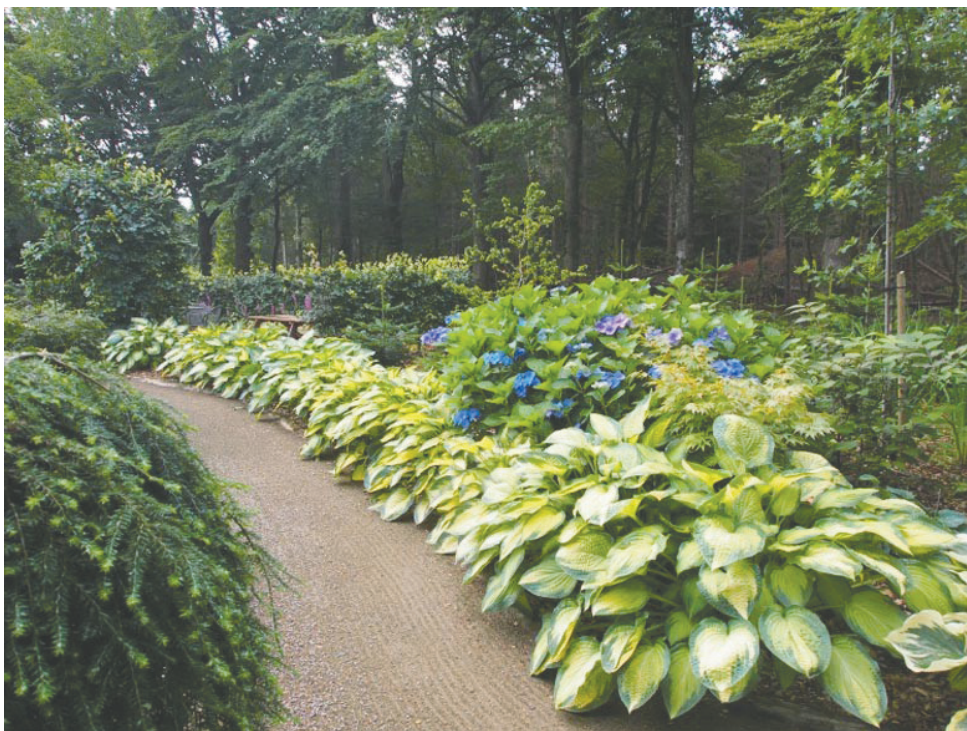
Tilmelding senest 1. april

Betaling oplyses ved tilmelding.

Edith Lilleholt tlf. 20677219 mail: edith.lilleholt@gmail.com

Lise Hvelplund tlf. 75282371 mail: lisehv@bbsyd.dk





### **Bustur til Søby Brunkulslejr og Hostahaven**

**Tirsdag den 29. maj 2018**

Afgang fra: Varde - parkeringspladsen på Læssevejen kl. 8:00, Fakta Oksbøl kl. 8:15, Brugsen Outrup kl. 8:35, Kulturhuset Nørre Nebel kl. 8:45.

Ankomst Varde kl. ca. 17:15

Vi får formiddagskaffe på vejen til Søby. Vi ser Søby brunkulslejr museum, hvor en guide fortæller om livet i brunkulslejren da den var i drift. Vi går og kører rundt i området og spiser en frokostpakke i lejren før vi kører til Ringkøbing og ser Hostahaven og får kaffe.

**Pris: kr. pr. 400 kr.pr. person.**

Prisen dækker buskørsel, formiddagskaffe, entre til Brunkulslejren, frokostpakke, og eftermiddagskaffe og entre til Hostahaven.

Tilmelding senest fredag den 27. april:

Online booking: [aeldresagen.dk/varde](http://aeldresagen.dk/varde)

Aage Charles Hansen, tlf. 75 27 16 69, mail: [borrevej33@bbsyd.dk](mailto:borrevej33@bbsyd.dk) eller

Niels Jørgensen, tlf. 20 66 93 76, mail: [niels@hein-jorgensen.dk](mailto:niels@hein-jorgensen.dk)





### Vestkystløbet 10. Juni 2018

Igen i år skal Ældresagen på banen til Vestkystløbet, så vi håber at få mange op af stolene og dermed opleve frisk luft, motion og samvær. Familie og andet godtfolk har gjort Vestkystløbet til et samlingssted, hvor man hygger sig både før og efter løbet, en spændende udfordring for alle - ung eller gammel - alderen betyder intet. Vi satser på 4,8 km løb eller gang.

Ældresagen vil reservere en stand, hvor vi får serveret en velfortjent sandwich og drikkevarer efter løbet.

Du skal selv sørge for transport til Esbjerg. Nærmere oplysning om parkeringsplads og busdrift til startpladsen samt placering af standplads fås ved tilmelding. Prisen pr deltager er 175 kr.

Tilmelding senest 1. maj til:

Online booking: [ældresagen.dk/varde](http://ældresagen.dk/varde)

Niels Jørgensen, tlf. 20 66 93 76, eller mail [niels@hein-jorgensen.dk](mailto:niels@hein-jorgensen.dk)

## Den **MOBILE** brillebutik kommer hjem til dig!



Topmoderne indrettet med alt udstyr, udstyret er aftageligt og kan bringes ind i stuen hvis man ikke kan komme ud i bussen.



### NYHED

Nu kan du også få målt trykket i øjet.

### Stort udvalg i brillestel

**Tlf. 30 66 01 93**

[bendixen@besked.com](mailto:bendixen@besked.com)





### **Tur til Ørnereservat, Himmelbjerget og sejltur på Silkeborgsøerne Onsdag den 20. juni.**

Opsamling: Læssevejen Varde kl. 7:30, Brugsen Janderup kl. 7.35, Fakta Oksbøl kl.7:45, Outrup Brugs 8:00, Kulturhuset Nr. Nebel 8:10.

Efter opsamling kører vi mod Silkeborg, undervejs nyder vi kaffen og et rundstykke et kønt sted.

Vi skal besøge Silkeborg Ørnereservat ved Them, hvor vi skal se rovfugleshowet. Falkoner Flemming Sanggaard har hele livet beskæftiget sig med sin store lidenskab: natur og vilde fugle. [www.silkeborg-rovfugleshow.dk/](http://www.silkeborg-rovfugleshow.dk/)

Vi forsætter turen til Himmelbjerget, hvor vi byder på en madpakke og udsigt. Turen fortsætter via Ry og Laven til Ludvigsløst, hvorfra vi nyder en sejltur til Silkeborg.

På hjemvejen finder vi et dejligt sted at spise aftensmad. Forventet hjemkomst kl. 20.30.

#### **Pris: kr. 700 kr.**

Prisen dækker buskørsel, kaffe samt et rundstykke, entre, madpakke, sejltur på Silkeborgsøerne og aftensmad.

Tilmelding senest den 8. juni til:

Online booking: [aeldresagen.dk/varde](http://aeldresagen.dk/varde)

Lise Hvelplund 21229144 eller [lisehv@bbsyd.dk](mailto:lisehv@bbsyd.dk)

Edith Lilleholt 20677219 eller [edith.lilleholt@gmail.com](mailto:edith.lilleholt@gmail.com)





### 3 dags tur til Hamburg 15.-17. august 2018.

#### Sæt kryds x i kalenderen til en spændende tur.

Tilmelding og program kommer i bladet, der uddeles i juni måned.

På programmet vil der, ud over overnatning og måltider, være: Guidet rundtur i Hamborg (Den grønne by ved vandet), rundtur på Rådhuset, 3 timer sejltur.

Rundvisning på metropolen Airbus, et kig på Elbphilharmonie. Vi skal se "Minia-tur Wonderland."

Vi spiser aftensmad på en restaurant på Reeperbahn, Hamburgs mest berømte gade. På hjemturen forbi "Altes land" Nordeuropas største sammenhængende frugtplantage.

**Pris: ca. 3.500 kr. + evt. enkeltværelsestillæg kr. 310 kr.**



## Mangler De en murer?



### Alt udføres indenfor:

- Jord-
- kloak-
- beton og murerarbejde.
- Villa- og staldbyggeri
- Ombygning
- Tilbygning

Murerfirmaet

# Wulff Byg

Entreprenør & Aut. Kloakmester ApS

Tlf. 75 21 23 21 · Bil 30 70 45 15

## Teknologi til hverdag.

Showroom for velfærdsløsninger

Ideer til dig og dit hjem.

Hjælp til selvhjælp –  
frihed i hverdagen-  
tryghed i dit hjem.

Gratis.

## Showroomets åbningstider:

Mandag fra kl. 13 – 17

Torsdag fra kl. 10 – 14

Tirsdag og onsdag har man mulighed  
for at booke en personlig tid, eller  
bestille en guidet rundvisning for  
minimum 5 personer.

Kontakt:

Helle Dyvig Tranberg

Tlf. 20255897

Snedkervej 8, 6800 Varde.





## Få besøg af stolebussen

Er du forhindret i at komme til os, kommer vi gerne til dig. Ring og aftal tid med en konsulent for afprøvning i eget hjem. Vi kommer med prøvestole og stof-/læderprøver. Det er **GRATIS** og forpligter ikke.



HAMBURG STOL  
MED SÆDELØFT

**TIL 6.999.-**

inkl. fodskammel



GUSTAV  
OTIUMSTOL

**TIL 3.999.-**

inkl. fodskammel



Konsulent  
Søren Pedersen

**42 12 33 66**



## SØVN & MILJØ

Østre Gjesingvej 9 • 6715 Esbjerg N • 75 15 16 00



Husk du kan  
trække din  
rengøring fra  
i skat

### Vi bobler af energi... og gør rent med omhu

- God og kærlig service
- Høj kvalitetsniveau
- Samme medarbejder hver gang
- Privat rengøring
- Hovedrengøring
- Flytterengøring

Vi har et højt kvalitetsniveau - ingen opgave er for lille - eller for stor.

Vikanservice er godkendt i Varde og Billund kommuner som leverandør af praktisk hjælp.

- Så grib telefonen og lav en aftale med Anne Metha eller send en mail til [annemetha@vikanservice.dk](mailto:annemetha@vikanservice.dk)

Vi bobler  
af energi  
og du kan trygt  
vælge os



VARDE: Tømrervej 7, 6800 Varde

BILLUND: Tlf. 76 60 23 20

[www.vikanservice-vardebillund.dk](http://www.vikanservice-vardebillund.dk)



**VIKANSERVICE**  
VARDE BILLUND





## FÅ RÅDGIVNING

Ring gratis til Ældre Sagens rådgivere på **Telefon 80 30 15 27**

Åbningstider: mandag, tirsdag, onsdag og fredag kl. 10.00 – 14.00

Torsdag kl. 14.00 – 18.00.

Ældre Sagens Rådgivning rådgiver over 32.000 mennesker om året vedr. sociale, økonomiske og juridiske spørgsmål.

## HJEMMESIDE

Der findes yderligere oplysninger og informationer på ældresagens hjemmeside.

Gå ind på [www.aeldresagen.dk](http://www.aeldresagen.dk)

På [www.aeldresagen.dk/varde](http://www.aeldresagen.dk/varde) og i Ældresagens blad "Det sker" finder du oplysninger om lokale tilbud.

## På grund af travlhed søger vi frivillige

Har du tid og lyst til at bruge 4 timer eller mere om ugen på et godt formål?



Frelsens Hærs Genbrug mangler frivillige til vores butik i Varde. **Er det noget for dig?**  
Så kontakt butiksleder Ingrid Hansen på 22 46 53 25 og hør mere.

Frelsens Hærs Genbrug, Skansen 2-4  
**Åbningstider: Man - fredag 10-17, Lørdag 10-13**

**G E N B R U G**   
med hjertet

Hele overskuddet af butikernes drift går ubeskåret til  
Frelsens Hærs sociale arbejde, der støtter samfundets svageste.





## Danske Diakonhjem

### Blaabjerg Frit Valg - *hjemmepleje med hjerterum*

Er du visiteret til personlig pleje og/eller praktisk hjælp efter servicelovens § 83?  
Så har du mulighed for at vælge Blaabjerg Frit Valg som leverandør.  
Vi kører til områder med postnumrene 6830, 6854 og 6855.  
Den visiterede varige hjælp gratis for dig.

Som leverandør af personlig pleje og praktisk hjælp står vi bl.a. for flg.:

- Vore værdier bygger på det kristne livssyn
- Vi formidler omsorg til mennesker med behov herfor
- Vi respekter den enkeltes holdninger, værdier og levevis
- Vi er fagligt kompetente
- Vi er fleksible indenfor rammerne
- Vi tilbyder faste kontaktpersoner
- Vi er ordentlige
- Vi er pålidelige og stabile

Ønsker du at vælge os, skal du henvende dig til visitationen i Varde Kommune.  
Har du spørgsmål til os, er du velkommen til at kontakte gruppeleder Brit Hager,  
tlf. 40491030 eller forstander Rikke Strunge, tlf. 79948380.

*Er der opgaver, som du ikke har overskud til, men som du ikke kan visiteres til af Varde Kommune, har du også mulighed for at tilkøbe ekstra hjælp fra os. Det kunne f. eks. være til hovedrengøring, særlig personlig pleje, social aktivitet eller andet. Kontakt gruppeleder Brit Hager for at høre nærmere.*

Du kan besøge os og Danske Diakonhjem på hjemmesiden [www.diakon.dk](http://www.diakon.dk).

Danske Diakonhjem  
Blaabjerg Pleje- og Aktivitetscenter/ Blaabjerg Frit Valg  
Byagervej 19, 6830 Nørre Nebel, tlf. 7994 8380





## SENIORBIO, VARDE BIO - Billetpris 50 kr.

### **Torsdag den 18. januar kl. 14.00 – Praktikanten (2015)**

Hjertevarm feel-good film med Robert de Nero og Anne Hathaway. Han er 70, pensioneret og enkemand, som mangler noget at beskæftige sig med. Hun er ung direktør for et modefirma med vokseværk. Hun har fuld fart på karriere og privatliv, så hun har brug for en seniorpraktikant. Han ansøger og får jobbet, og trods stor skepsis i begyndelsen begynder hun langsomt, men sikkert at sætte pris på de kvaliteter og erfaringer, han kan bidrage med. (USA - 2 t 13 min)

### **Torsdag den 22. februar kl. 14.00 – Their Finest Hour (2017)**

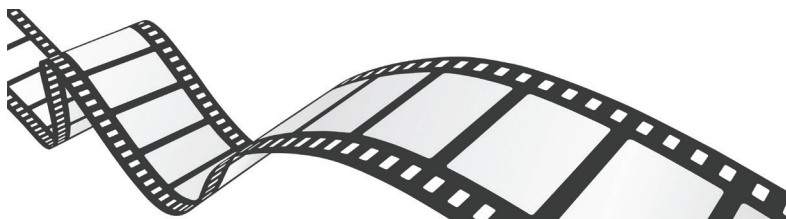
Lone Scherfig har instrueret denne romantiske film om en ung kvindelig tekstforfatter, som under krigen hyres til, i et lille team, at skrive manuskript til en film, som skal indgyde mod i befolkningen. Under arbejdet bliver de gentagne gange forstyrret af virkeligheden og det ministerium som ansatte dem. Sammen kæmper de for at færdiggøre filmen, samtidig med, at et venskab langsomt spirer og gror mellem de to unge og meget forskellige forfattere. (England – 1 t 57 min)

### **Torsdag den 15. marts kl. 14.00 – Den bedste mand (2017)**

Filmen er inspireret af virkelige begivenheder og er et komediedrama om optakten til en af de mest sensationelle bokse sejre i Danmark. Samtidig og endnu mere er det en rørende fortælling om familiemennesket Jørgen "Gamle" Hansen, som med ukuelig støtte fra sin kone og gennem venskabet med den unge afrikanske bokser, Yaub Kalule, formår at træde ud af sin egen skygge og finde modet til at trodse sine indre dæmoner. (Danmark – 1 t 38 min)

### **Torsdag den 19. april kl. 14.00 – Lion (2017)**

Den sande og gribende historie om, hvordan den 5-årige indiske Saroo falder i søvn på et godstog og først slipper ud igen i Kolkata, tusindvis af kilometer hjemmefra, uden at ane, hvad der er sket eller kunne det lokale sprog. Han reddes fra livet som gadebarn og adopteres til Australien. 25 år senere følger vi ham, mens han drømmer om at blive genforenet med sin biologiske familie, og ved hjælp af Google Earths satellitbilleder og vage minder fra den tidligste barndom lykkes det ham til sidst at finde tilbage. (Australien, USA, England – 1 t 58 min)





## AKTIVITETSKALENDER 1. HALVÅR 2018

|           |                        |           |         |
|-----------|------------------------|-----------|---------|
| Mandage   | L'hombre               | Varde     | side 6  |
| Onsdage   | Gå og Grin             | Varde     | side 6  |
| Onsdage   | Aktivitetseftermiddage | Oksbøl    | side 7  |
| Onsdage   | Gåture                 | Oksbøl    | side 7  |
| 10. jan   | Foredrag               | Nr. Nebel | side 11 |
| 14. jan.  | Foredrag               | Varde     | side 10 |
| 18. jan.  | Seniorbio              | Varde     | side 25 |
| 18. jan.  | Slægtsforskning        | Nr. Nebel | side 14 |
| 24. jan.  | Foredrag               | Nr. Nebel | side 11 |
| 25. jan.  | Slægtsforskning        | Varde     | side 13 |
| 28. jan.  | Spis sammen            | Varde     | side 8  |
| 29. jan.  | Billedbehandling       | Nr. Nebel | side 14 |
| 31. jan.  | Sociale medier kursus  | Nr. Nebel | side 14 |
| 31. jan.  | Spis sammen            | Oksbøl    | side 8  |
| 4. feb.   | Sangeftermiddag        | Oksbøl    | side 7  |
| 4. feb.   | Spis sammen            | Nr. Nebel | side 9  |
| 8. feb.   | Warwik bryghus         | Varde     | side 15 |
| 11. feb.  | Foredrag               | Varde     | side 10 |
| 14. feb.  | Foredrag               | Nr. Nebel | side 11 |
| 18. feb.  | Suppe søndag           | Nr. Nebel | side 9  |
| 19. feb.  | Ipad kursus            | Varde     | side 13 |
| 22. feb.  | Seniorbio              | Varde     | side 25 |
| 25. feb.  | Spis sammen            | Varde     | side 8  |
| 28. feb.  | Spis sammen            | Oksbøl    | side 8  |
| 28. feb.  | Foredrag               | Nr. Nebel | side 11 |
| 4. marts  | Spis sammen            | Nr. Nebel | side 9  |
| 4. marts  | Sangeftermiddag        | Oksbøl    | side 7  |
| 5. marts  | Ipad kursus            | Nr. Nebel | side 14 |
| 7. marts  | ÅRSMØDE                | Varde     | side 2  |
| 11. marts | Foredrag               | Varde     | side 10 |





|              |                         |           |         |
|--------------|-------------------------|-----------|---------|
| 14. marts    | Foredrag                | Nr. Nebel | side 12 |
| 15. marts    | Seniorbio               | Varde     | side 25 |
| 18. marts    | Suppe søndag            | Nr. Nebel | side 9  |
| 21. marts    | Demenscafe              | Nr. Nebel | side 4  |
| 22. marts    | Enghavegård gårdbutik   | Billum    | side 15 |
| 25.marts     | Spis sammen             | Varde     | side 8  |
| 28. marts    | Foredrag                | Nr. Nebel | side 12 |
| 28. marts    | Spis sammen             | Oksbøl    | side 8  |
| 8. april     | Spis sammen             | Nr. Nebel | side 9  |
| 10. april    | Golf kursus             | Varde     | side 5  |
| 11. april    | Demenscafe              | Varde     | side 4  |
| 11. april    | Foredrag                | Nr. Nebel | side 12 |
| 15. april    | Foredrag                | Varde     | side 10 |
| 16. april    | Suppe søndag            | Nr. Nebel | side 9  |
| 19. april    | Krolf                   | Oksbøl    | side 7  |
| 19. april    | Seniorbio               | Varde     | side 25 |
| 25. april    | Foredrag                | Nr. Nebel | side 12 |
| 25. april    | Spis sammen             | Oksbøl    | side 8  |
| 29. april    | Spis sammen             | Varde     | side 8  |
| 3. maj       | Demenscafe              | Oksbøl    | side 4  |
| 9. maj       | Bork vikingeh./Fahl Kro | Sdr. Bork | side 16 |
| 13.-14. Maj  | Thy og Mors             | Mors      | Side 17 |
| 27. maj      | Spis sammen             | Varde     | side 8  |
| 29. maj      | Brunkulslejr/hostahave  | Søby      | side 18 |
| 30. maj      | Spis sammen             | Oksbøl    | side 8  |
| 10. juni     | Vestkystløbet           | Esbjerg   | side 19 |
| 20. juni     | Himmelbjerget Silkeborg | Silkeborg | side 20 |
| 27. juni     | Spis sammen             | Oksbøl    | side 8  |
| Forår 2018   | Forsvarets træningsomr. | Børsmose  | side 16 |
| 15.-17.08.18 | Hamborg                 | Hamborg   | side 21 |





## **Bestyrelsen:**

**Formand:** Marianne Zwinge, Tranevænget 3, Nørre Nebel  
Tlf. 75 28 87 54 mail: mzw@email.dk

**Næstformand:** Aage Charles Hansen, Borrevej 33 ?, Oksbøl  
Tlf. 75 27 16 69 / 51 86 06 51 mail: borrevej33@bbsyd.dk

**Kasserer:** Hanne Andersen, Urfuglevej 23, Henne Strand, Henne  
Tlf. 51 23 51 66 mail: hanneandersen45@gmail.com

**Sekretær:** Lone Norman Larsen, Nybrovej 18, Janderup  
Tlf 75 25 86 07/22 41 32 43  
mail: sek.lonenormanlarsen@gmail.com

**Medlemmer:** Lise Hvelplund, Lundagervej 6, Lunde, Nr. Nebel  
Tlf. 75 28 23 71/ 21 22 91 44 mail: lisehv@bbsyd.dk

Niels Christian Hein Jørgensen, Nybrovej 104, Kærup, Janderup  
Tlf. 20 66 93 76 mail: niels@hein-jorgensen.dk

Edith Lilleholt, Stormgade 18, Varde  
Tlf. 20 67 72 19, mail: edith.lilleholt@gmail.com

Birgit Sikjær, Højvangsalle 30, Varde  
Tlf. 28 65 27 96, mail: birgit@sikjaer.dk

Gunnar Hansen, Nørremarksvej 223, Varde  
Tlf. 61 99 68 00

**Suppleanter:** Hans Simon Pallesen, Kærhøgevej 49, Varde-  
Tlf. 50 86 19 26 mail: pallesen79@gmail.com

Karin Mortensen, Tyttebærvej 3, Alslev, Varde  
Tlf. 75 26 93 99/23 26 61 99 mail: mortensen.alslev@gmail.com

**Hjemmeside:** [www.aeldresagen.dk/varde](http://www.aeldresagen.dk/varde)

