

# Ældre Sagen

**PROGRAM halvåret 23-24**



Skovhornugle



Brushaner



Isfugl

## Velkommen til det nye program, der er fyldt med tilbud og arrangementer

En ny bestyrelse blev valgt til Årsmødet. Et nyt bestyrelsesmedlem og to nye suppleanter. Det er altid spændende at arbejde sammen med nye mennesker. Nye mennesker nye ideer.

Programmet byder på nyt og gammelt.

I programmet har vi et afsnit ”**Lidt af hvert**” som byder på nye initiativer og tilbud. Vi har tilbud i ”Motionsuge 41”, et par ekstra foredrag, og en stor koncert.

I april har vi arrangeret en 2- dagstur til **Slesvig- Holsten**. Tilmeldingsfrist i marts.

Vi opfordrer alle til at gøre venner og bekendte opmærksomme på de mange tilbud. Tag dem under armen, så I kan følges ad. **Ingen behøver at sidde alene mod deres vilje.**

Vi samarbejder gerne med andre frivillige organisationer, og det fremgår af programmet.

Årsmøde i marts 2024. Vi afholder det i Varde Fritidscenter, hvor der er rigtig god plads.

Vi glæder os til at se jer til alle de gode kendte arrangementer og til alt det nye, vi tilbyder.

Venlig hilsen  
Lokalbestyrelsen  
Lise Hvelplund



### Forsidebilleder:

Forsidebilleder fra Vestjylland

Fotograf Kurt Knudsen

## Ældre Sagen har følgende tilbud:

### Lokal Hjemmeside

Varde-Blåbjerg-Blåvandshuk

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

Her findes alt om vores lokale forening, og her tilmelder man sig arrangementer og ture.

### Lokalt Online Nyhedsbrev

Varde-Blåbjerg-Blåvandshuk

Tilmelding til nyhedsbrevet sker på den lokale hjemmeside.

Vi sender det ud ca. en gang om måneden, eller når der er nyt.

### Få en "Besøgsven"

Føler du dig nogle gange alene, kan du åbne din dør for en "Besøgsven".

Ældre Sagens besøgsvenner er frivillige, der gerne vil gøre en forskel for andre.

Tilbuddet omfatter et besøg hjemme hos dig, 1–2 timer en gang om ugen eller hver 14. dag.

Hvis du kontakter en af kontaktpersonerne, kommer de på besøg for at finde ud af, hvilken besøgsven, vi tror, passer sammen med dig.

### Kontaktperson for Varde:

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

Kontaktperson for Blåbjerg:

Kirsten Larsen tlf. 61 60 21 66 mail: [kirstenlaue@gmail.com](mailto:kirstenlaue@gmail.com)

Kontaktperson for Blåvandshuk, Oksbøl Aage Charles Hansen tlf. 51 86 06 51, mail: [borrevej33@bbsyd.dk](mailto:borrevej33@bbsyd.dk)

### Telefontjenesten

Start dagen med et telefonopkald!

Det er trykkeligt og hyggeligt med en "lille snak" hver morgen. Der bliver ringet mellem kl. 8.00 – 9.00. Selve samtalen varer 5 - 10 min.

Ring og tilmeld dig, hvis det er noget for dig.

### Kontaktperson for Varde:

Helle Nicolaisen, tlf. 75 22 25 94 / 29 68 25 93

Ragnhild Pallesen, tlf. 51 21 34 38

Kontaktperson for Blåbjerg:

Lizzie Schou, tlf. 75 25 57 26 / 28 11 25 57



## DCH Eftersøgningstjenesten

Har du tabt noget ude i naturen, ur, pung, høreapparat, smykker, mobiltelefon eller dine briller, så er der hjælp at hente via DCH (Danmarks Civile Hundeførerforening), som har en eftersøgningstjeneste med specialuddannede hunde, nogle af dem er tilknyttet DCH Varde.

Tilbuddet er gratis, dog skal man betale kørepenge efter gældende regler.

Kontakt vagttelefonen tlf. 71 10 40 69, som henviser til nærmeste hundefører.

## 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. Du kan kun få hjælp til enkeltstående opgaver.

Du kan ikke bestille én til at komme på et bestemt tidspunkt. Der udføres ikke havearbejde. Evt. udgift til kørsel betales af brugeren. Som frivillig i Værktøjskassen har man tavshedspligt.

Henvendelse til Hans Jørgen Mortensen tlf. 42 33 98 60.

## Diagnosen demens

Opfølgning på "Demens 2019"

Opfordring: Det er vigtigt at søge hjælp, når diagnosen demens stilles. Der er hjælp at hente til den syge og ikke mindst til de pårørende.

Egen læge og kommunens demenskonsulenter har mange tilbud.

Bestyrelsesmedlem Else Villadsen (se bagsiden) kan bistå med yderlige oplysninger.

## Årsmøde

(141)

Årsmødet afholdes den 14. marts 2024 kl. 17.00

Sportium, Lerpøtvej 55, 6800 Varde.

Dagsorden i henhold til vedtægter.

Kl. 17 - kl. 18: Årsmøde

Kl. 18 - ca. 21: Middag og underholdning ved  
Kirstine Bonde og Per Sønderby

**Tilmelding** til spising og underholdning senest den 7. marts. **Pris 100 kr.**

Online [www.aeldresagen.dk/varde](http://www.aeldresagen.dk/varde) eller til et bestyrelsesmedlem, se bagsiden af bladet, telefontid 8-9 og 18-19



**Ældre Sagens hjemmeside (Landsorganisationen)**

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

**Rådgivning fra Ældre Sagen centralt**

Har I spørgsmål til:

- jurister
- økonomiske rådgivere eller
- socialrådgivere

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.

En bladpakke der udkommer 5 gange årligt.

Bladet indeholder mange gode artikler og nyttige oplysninger.

Inde i bladet ligger to tillæg. Et med de mange gode medlemstilbud og tillægget "DET SKER" Her præsenterer de Sydjyske Lokalforeninger deres kommende tilbud om arrangementer, kurser og udflugter mm.

Medlemmer af Ældre Sagen kan deltage i arrangementer i hele landet.

## Mobilt hørecenter, med fysisk butik i Varde gågade

- Vi kører på hjemmebesøg i hele Syd- og Sønderjylland, hvor vi laver alt fra høreprøver til justeringer.
- Vi tilbyder gerne en gratis og uforpligtende høreprøve med mulighed for at prøve høreapparater samme dag.
- Vi tilbyder kun de bedste høreapparater på markedet som Oticon, Phonak, Widex og Bernafon.
- Vi bruger den tid der er behov for, og vi går ikke på kompromis med service og kvalitet.



**oticon**  
life-changing technology

Vestergade 11, 6800 Varde | [www.davidsenhc.dk](http://www.davidsenhc.dk)  
[info@davidsenhc.dk](mailto:info@davidsenhc.dk) | Tlf: 40 50 50 10

**Davidsen**  
HØRECENTER

## Lidt af hvert

**Torsdag den 12. oktober kl. 14 – 17. (261)**

**Hotel Outrup, Jernbanegade 2, 6855 Outrup**

**Gammeldags dansemusik og kaffebord.**

"Motionsuge 41". I denne uge er der fokus på motion i hele landet.

Vi byder derfor ind til en form for motion!

"Tinuskapellet" v/Jens Kragh spiller op til dans med mere.

Det er musik med en blanding af Tinus brødrenes folkedanse og krobalsmusik til de gamle slagere.

Der bliver mulighed for en dans eller bare at rokke til musikken.

I pausen bydes der på kaffe og kage (kæbmotion!)

Eftermiddagen er arrangeret i et samarbejde mellem Outrup- Henne Seniorforening og Ældre Sagen.

**Pris 80 kr.**

**Tilmelding** senest den 9. oktober se rammen side 9

**Onsdag den 1. november kl. 10- 12. (608)**

**Kulturhuset, Sdr. Alle 18 A Nørre Nebel**

**"Hvad betyder god hørelse for vores livskvalitet og helbred"**

Connie Larsen fra Davidsens hørecenter fortæller og svarer på spørgsmål

- Præsentation af Davidsen Høre Center, Varde
- Hørelse generelt
- Hvad sker der med helbredet, når vi ikke hører godt?
- Konsekvenser ved et ubehandlet høretab.

Der vil være mulighed for at stille spørgsmål også egne spørgsmål om hørelse og høretab. Der bydes på kaffe og lidt godter! Tilbuddet er gratis

**Tilmelding**, se rammen på side 9

**Onsdag den 7. februar kl. 10-12 (601)**

**Kulturhuset, Sdr. Alle 18 A Nørre Nebel**

Kørelærer Paw Bork Bay kommer og fortæller om:

- Ældre og kørekort
- Regler om kørekort
- Nye færdselsregler
- Gode råd
- Hold dig opdateret
- Forskellige køretøjer man må køre uden kørekort
- Evt. spørgsmål.

**Tilmelding**, se rammen på side 9

**Søndag den 11. februar kl. 12 – 16**  
**Sportium, Lerpøtvej 55, 6800 Varde.**  
**”Svantes Viser”**

**(602)**

### **Hyldestkoncert med HALFDANSKERNE**

”Halfdanskerne” består af 3 karismatiske og meget forskellige karakterer, som tilsammen udgør en yderst underholdende enhed.

Trioen tager med deres musikalitet, humor og dybe respekt udgangspunkt i Benny Andersens originale værker og tilføjer masser af fornyelse,

Kl.12.00 - 13.00 Serveres en let anretning  
Kl.13.00 - 13.45 Halfdanskerne underholder  
Kl.14.45 - 15.15 Kaffe og kage  
Kl.15.15 - 16.00 Halfdanskerne underholder

**Kun for medlemmer af ældresagen**

**Pris 200 kr.**

**Tilmelding** senest den 5. februar 2024

### *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 tankerne på at få vores daglige middagsmad ind af døren hver dag, så ring til os og forhør nærmere.

Vi er bla. leverandør via fritvalgsordningen i Varde Kommune. Der udarbejdes en 14 dages madplan ad gangen, med valgmulighed på 2 forskellige hovedretter pr. dag.



**Hotel Outrup**  
Tlf. 75 25 18 00  
Jernbanegade 2 · 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)

## Mangler De en murer?



Alt udføres indenfor:

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

Murerfirmaet

# Wulff Byg

Entreprenør & Aut. Kloakmester ApS

Outrup/Varde • Mobil 30 70 45 15

## HS Rengøring

Helle Skoven Lock • Baunhøjvej 6 • 6893 Hemmet



**9737 5003**  
**2324 4885**

**Her kommer mutter  
med kost og spand**



Husk du kan  
trække din  
rengøring fra  
i skat

## Meget mere end en hjælpende hånd – rent faktisk!

- 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 Billund kommune 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 - tlf. 75 21 07 10  
BILLUND: Tlf. 76 60 23 20  
[www.vikanservice-vardebillund.dk](http://www.vikanservice-vardebillund.dk)



**VIKANSERVICE**  
VARDE BILLUND

## Spis sammen arrangementer

Vi arrangerer "spis sammen" i Varde, Nørre Nebel og Oksbøl. Initiativet er taget for at skabe sociale relationer. Pris, tidspunkt og indhold kan variere fra by til by. Der er ikke krav om medlemskab af Ældre Sagen.

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

Onsdagene: 25/10 - 29/11 - 20/12 - 31/1 - 28/2 - 27/3 - 24/4

Let ret eller suppe: **pris 70 kr.**

**Tilmelding** gerne 3 dage før til:

Niels Jørgensen 20 66 93 76 eller Elsebeth Hansen 21 40 32 16

### Medborgerhuset, Storegade 57, Varde kl. 12 (212)

Søndage: 29/10 – 10/12(julefrokost) – 28/1 - 25/2 - 24/3

Let middagsret og kaffe med kage, **pris 80 kr.**

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

**Tilmelding** senest fredagen før kl. 10.00.

Hanne Andersen 20 56 89 74 eller Else Villadsen 23 27 84 90

### Kulturhuset, Sdr. Allé, 18 A 6830 Nørre Nebel kl. 12.00 – 14.00 (213)

"Gør en lang søndag hyggelig i samvær med andre"

Søndag 29/10 – 26/11 (julefrokost og underholdning)

28/1 2024 – 25/2 – 24/3(vi spiser ude -hvor?)

**Pris 75 kr.** inkl. drikkevarer.

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

**Begrænset antal pladser.**

**Tilmelding** senest 3 dage før til:

Kirsten Larsen, tlf. 61 60 21 66 eller Lise Hvelplund, tlf. 21 22 91 44

**Tilmelding online:**

**[www.aldresagen.dk/varde](http://www.aldresagen.dk/varde),**

**eller til et bestyrelsesmedlem, se bagsiden.**

**Telefontid 8-9 og 18-19**

## Aktivitet og socialt samvær

### Varde

#### L'hombre

Hver mandag kl. 13.45-15.45 i Medborgerhuset, Storegade 57.

Sæsonen følger skolernes ferieplaner. L'hombre er et sjovt, hurtigt og selskabeligt kortspil. Der skal betales medlemskab af Medborgerhuset.

Instruktør: Jørgen Slivsgaard, Tistrup.

Leder: Sigrid Lorentzen, tlf. 21 73 66 04

Alle er velkomne.

### Gå og Grin

Hver onsdag kl. 13 fra Medborgerhuset Storegade 57.

Mangler du nogen at gå tur med? Oplev by og natur sammen med os.

Der er 2 ture, både en kort og en lidt længere på ca. 4 km.

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. 29 68 25 93.

### Folkedans på Medborgerhuset i Varde

(705)

Ny instruktør, Lone Schmidt.

Varde og Omegns Folkedanserforening har dans hver onsdag eftermiddag kl.

13.45 – 16.15. Midtvejs er der en lille kaffepause, hvor der også synges et par sange. Dansene er ikke anstrengende, men alligevel både spændende og udfordrende, og det giver ikke mindst god motion til lattermusklerne. Musikken leveres af veloplagte spillemænd til tider et helt orkester. Instruktøren er i trygge hænder ved Lone. Nybegyndere såvel som øvede dansere er velkomne. Kom også gerne alene, der er plads til alle. Udover prisen for at danse betales 25 kr. for kaffe og kage. Yderligere oplysninger og pris:

Aase Kristensen: 61 77 50 27 eller på hjemmeside: [www.dansvarde.dk](http://www.dansvarde.dk)

### Billard for begyndere onsdag kl.10-12

(704)

Billardklubben, Slagterigade 2, Varde.

Ældre Sagen tilbyder medlemmerne en introduktion til billard.

Kom og spil hver onsdag formiddag, hvor I vil blive instrueret i, hvordan man spiller. Kim Krog Pedersen og frivillige fra Ældre Sagen vil vejlede jer i spillets facetter.

**Pris 100 kr.** for et halvt år

**Tilmelding** til Hans Jørgen Mortensen 42 33 68 90



**IT-kursus****(430)****IPad undervisning**

Varde Bibliotek, Rådhusstræde 2, Varde

Torveværelset i det gamle Rådhus Varde.

5 gange: 25/1 – 1/2 – 8/2 – 22/2 - 29/2, kl.10-12

Medbring selv egen IPad.

**Pris: 75.- kr. Tilmelding** senest den 18/1 2024 til:Jonna Jensen tlf.: 27 14 38 92, [joka.jen@bbsyd.dk](mailto:joka.jen@bbsyd.dk)**Oksbøl**

Arrangementer i Medborgerhuset, Vestergade 27, Oksbøl

**Aktivitetseftermiddage**

Hver onsdag eftermiddag fra kl. 13.30 - 16.30 er der forskellige aktiviteter. Nogle laver kort, æsker, strikker, hækler eller andet. Der spilles whist, og der er flere hold som spiller "Skat". De, der spiller "Skat", vil gerne lære nye deltagere spillet. Der er også mulighed for brætspil, så mød op.

Kontakt: Niels Jørgensen 20 66 93 76.

**Gåture i Oksbøl**

Turene starter fra Medborgerhuset i Oksbøl.

Hver onsdag formiddag kl. 9.00, 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. Det er dog gratis for dem, der lægger bil til. Alle er velkomne, så mød bare op.

Kontakt: Niels Jørgensen 20 66 93 76.



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

Foredrag

**Onsdag den 25.oktober kl. 10- 12. (603)**

**Kulturhuset Sdr. Allé 18A 6830 Nørre Nebel**

**"Fra Grundtvig til Støjberg. Fra Lincoln til Trump".**

Ved foredragsholder Poul- Henrik Jensen, tidl. højskoleforstander

Er demokratiet i Europa truet? Har populisme taget over?

Hvem har foreløbig vundet konflikten mellem globalisering og nationalstaten?

Et historisk og meget aktuelt foredrag om " Hvor er vi på vej hen?"

Mange spørgsmål, vi kan blive klogere på gennem foredrag og drøftelse.

**Pris 50 kr. Tilmelding (se rammen side 9)**

**Onsdag den 29. november kl. 10- 12. (604)**

**Kulturhuset Sdr. Allé 18A 6830 Nørre Nebel**

**Syng julen ind med " U-noderne"**

**"U-noderne" er et sangkor- stiftet i 2005**

Et "Syng Med" arrangement.

"Unoderne" synger nyere og ældre danske og engelske sange.

Korets egne værter vil på humoristisk og engageret vis guide publikum gennem arrangementet og skabe fornøjelig stemning.

Koret ledes og akkompagneres af Rudi Petersen.

**Pris 50 kr. Tilmelding (se rammen side 9)**

**Onsdag den 31. januar kl. 10- 12 (605)**

**Kulturhuset Sdr. Allé 18A 6830 Nørre Nebel**

**Kristian Lund et liv med speedway.**

Efter sin aktive karriere som speedwaykører har Kristian Lund startet sit eget

værksted for speedway-cykler. Fra værkstedet sælges der speedwayudstyr til hele

Europa. I dag er der fire fuldtidsansatte samt Kristian selv i værkstedet.

**Pris 50 kr. Tilmelding (se rammen side 9)**



**Onsdag den 28. februar kl. 10- 12****(606)****Kulturhuset Sdr. Allé 18A 6830 Nørre Nebel****Veteran Thomas Jacobsen**

Thomas Jacobsen var i 1990'erne udsendt til Østafrika, hvor han arbejdede på et felthospital under folkedrabet i Rwanda.

Foredraget handler blandt andet om hans nuværende arbejde, som veteranmedhjælper ved KFUMs soldaterhjem i Varde.

**Pris 50 kr. Tilmelding (se rammen side 9)****Onsdag den 27. marts kl. 10- 12****(614)****Kulturhuset Sdr. Allé 18A 6830 Nørre Nebel****Uffe Høj om Ole Lund Kirkegaard**

Uffe Høj fortæller om Ole Lund Kirkegaards liv og forfatterskab. Foredraget er centreret om Ole Lund Kirkegaards barndom, forfatterskab og lærergerning.

Foredraget afsluttes med en fortælling om "Di Hellige Slønglers Klup", som hvert år i maj afholder "Sløngeldage" i Skanderborg.

**Pris 50 kr. Tilmelding (se rammen side 9)****Hyggeeftermiddag.**

Hver mandag kl.13 - 15

Kulturhuset Sdr. Allé 18A, 6830 Nørre Nebel

Mødelokalet er reserveret og alle er velkomne.

Stil selv med et hold kortspillere eller en flok, der har lyst til at hygge.

Vi har spil og andet til rådighed.

Kontakt Lise Hvelplund 21 22 91 44, så finder vi det frem.

Medbring selv kaffe mm. Ingen tilmelding, man kommer bare.

**Håndarbejdscafe med hækling, strik m.m****(613)**

Torsdage kl.13 - 15.30 følgende datoer:

11/1 2024 – 25/1 – 8/2 - 22/2 – 7/3– 21/3

Kulturhuset, Sdr. Alle 18A, 6830 Nørre Nebel

Har du lyst til at mødes med andre til hyggeligt samvær omkring håndarbejde, er du meget velkommen. Vi hjælper hinanden, udveksler tips og tricks samt får en kop kaffe.

**Pris kr. 75****Tilmelding** til Lise Matlok tlf. 71 77 00 39, mail: matlok@gmail.com

**IT-kurser**

**(431)**

**Kulturhuset Sdr. Allé 18A, 6830 Nørre Nebel**

**Slægtsforskning for begyndere og let øvede**

10 gange. Første gang torsdag den 11. januar 2024 kl. 10 – 12. Kom og lær, hvordan man kommer i gang eller arbejder videre med slægtsforskning. Medbring PC.

**Pris 100 kr./sæson.**

**Tilmelding** til Mary Beck: marybeck1952@me.com, tlf. 51 23 81 86

**ERFA 1-gruppe**

5 gange. Hver anden mandag, første gang mandag den 8. januar 2024 kl. 10 - 12. Dette er en erfagruppe, hvor der udveksles erfaringer om brugen af programmer, der kører under Windows 10/11. Instruktører fra Ældre Sagen bidrager med erfaringer i tekstbehandling, regneark og tegning med LibreOffice, fremstilling af fotobøger med CEWE og digitalisering (scanning ved hjælp af scanningsprogram) samt papirbilleder.

Det er gratis at deltage i ERFA-gruppen. Medbring PC.

**Tilmelding** til Mary Beck, marybeck1952@me.com, tlf. 51 23 81 86



Inkl gratis  
morgenspa  
for voksne  
kl. 8 - 10.

**Seniortilbud 55+**  
**Camping med vand-**  
**land, spa og velvære**

★★★★★

**HENNE STRAND**

**CAMPING & RESORT**

Se seniortilbud på [www.hennestrandcamping.dk/priser/camping/senior/](http://www.hennestrandcamping.dk/priser/camping/senior/)

Strandvejen 418, 6854 Henne  
Tlf.: tlf. 75 25 50 79

## Windows – ERFA gruppe

5 gange. Hver anden mandag. Første gang mandag den 15. januar 2024 kl. 10 - 12.

Der etableres en erfagruppe med særlig fokus på Windows funktioner. Der hjælpes med praktiske opgaver og mulige nemmere løsninger.

Råd, erfaringer og vejledninger fra deltagerne.

Gratis at deltage. Medbring PC.

**Tilmelding** til Mary Beck, marybeck1952@me.com, tlf. 51 23 81 86

## IPad kursus

5 gange. Onsdag 3. januar, onsdag 10. januar, onsdag 17. januar, onsdag 24. januar, onsdag 21. februar. Kl. 10 - 12.

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

Medbring IPad.

**Pris 75 kr./ sæson**

**Tilmelding** til John Nielsen, john.nielsen12@gmail.com tlf. 21 79 31 43

## It-cafe

Onsdag den 6. marts og onsdag den 13. marts kl. 10-12 afholdes der It-cafe, hvor man kan få hjælp til Apple og Windows styresystemer samt andre It-problemer.

Gratis at deltage. Medbring PC.

**Tilmelding** til John Nielsen, john.nielsen12@gmail.com tlf. 21 79 31 43



**SPAREKASSEN**  
for Nørre Nebel og Omegn

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



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



## "Bus - og Kør selv ture"

### Bustur

**Bruunshåb Gl. Papfabrik og Viborg Domkirke**

**(807)**

**Tirsdag den 3. oktober 2023**

Historiens vingesus mærkes tydeligt, når vi tager mod nord til Viborg.

Dagens første stop er på Bruunshåb gamle Papfabrik, som ligger smukt i

Mølleådalens nær Viborg. Her er der mulighed for at se de arbejdende værksteder og få historien om, hvordan man laver pap af affaldspapir.

Efter en velfortjent middag på Rindsholm Kro er vi klar til, med guide, at blive ført gennem Viborgs domkirkekvarter, hvor vi slutter af i Viborg Domkirke.

- Opsamling
- Kaffe + rundstykke ved Bruunshåb Gl. Papfabrik.
- Bruunshåb Gl. Papfabrik er et arbejdende fabriksmuseum, som er smukt beliggende i Mølleådalens nær Viborg. Vi bliver guidet igennem fabrikkens lokaler, hvor vi kan følge produktionen.
- Middagsmad på Rindsholm kro
- Byvandring i domkirkekvarteret med besøg i Viborg Domkirke. I Dom kirken kan man bl.a. opleve Joakim Skovgaards fantastiske kalkmalerier og Erik Klippings gravsted.
- Kaffe og kage ved bussen på hjemturen.

**Pris: 650 kr.**

Prisen dækker: Buskørsel, kaffe + rundstykke, entre og rundvisning på Bruunshåb Gl. Papfabrik, middag, guide i Viborg og Viborg Domkirke, buskaffe + kage.

Opsamling:

**Varde:** "Det gamle posthus", Engdraget kl. 07.30)

**Janderup:** Brugsen kl. 07.45

**Oksbøl:** "365" kl. 08.00)

**Outrup:** Plejehjemmet Møllegården kl. 08.20

**Nr. Nebel:** Kulturhuset, Sdr. Allé 18 A kl. 08.30



**”Kør selv”**

**Virksomhedsbesøg hos Sky-Light,  
Tirsdag den 14. november 2023**

**(812)**

Tømrervej 36, 6800 Varde  
kl. 10.00 – ca. 12.00

Skylight er en privatejet virksomhed, etableret i 1960. I dag er der over 120 ansatte, som er med til årligt at producere mere end 20.000 tons folier og flere end 650.000 emner.

Virksomheden genanvender produktionsspild fra andre virksomheder. Spildet renses, så det kan bruges til fremstilling af emballager til fødevarerindustrien.

**Pris 50.00 kr.**

Max. 20 personer

**Tilmelding senest 5. november (Se rammen side 9)**

**Super  
Brugsen**

**SuperBrugsen Oksbøl • Vestergade 23 • 6840 Oksbøl**



## Bustur

### Julemærkehjemmet Fjordmark og Krusmølle

(808)

**Tirsdag den 21. november 2023**

Første stop bliver på Julemærkehjemmet Fjordmark i Kollund. Julemærkehjemmet har til huse i en smuk gammel villa med tilbygninger og ligger i grønne omgivelser lige ned til Flensborg Fjord.

For Julemærkehjemmet er det vigtigt: "At hvert enkelt barn får et godt ophold - fuld af oplevelser og succeser. Det tager vi voksne ansvaret for. Vi stiller krav til vores børn, fordi vi tror på, at det at stille krav til et andet menneske er udtryk for tillid – vi har troen på, at ALLE KAN meget mere, end de selv tror."

Efter middagsmaden kører vi til Krusmølle. Krusmølle Julemarked er blevet en tradition, hvor alle husets aktiviteter er involveret. Her vil der være rig mulighed for at komme i julestemning (ganske vist lidt tidligt).

- Opsamling
- Kaffe, rundstykke undervejs ved bussen.
- Julemærkehjemmet Fjordmark
- Middagsmad på Fjordmark
- Krusmølle julemarked
- Kaffe og kage på Krusmølle.

### Pris: 650 kr.

Prisen dækker: Buskørsel, kaffe, rundstykke, rundvisning, middagsmad på Fjordmark, entre, kaffe og kage på Krusmølle.

**Tilmelding:** Senest den 14. november 2023. (se rammen side 9)

Opsamling:

**Nr. Nebel:** Kulturhus, Sdr. Allé 18 A kl. 07.00

**Outrup:** Plejehjemmet Møllegården kl. 07.10

**Oksbøl:** "365" kl. 07.30

**Janderup:** Brugsen kl. 07.45

**Varde:** "Det gamle posthus", Engdraget kl. 08.00)



## Bustur

### Juletur til Fyn

(809)

**Tirsdag den 5. december 2023**

Årets juletur går til Fyn. Første stop bliver Kunstgården i Skovby.

På Kunstgården vil vi se Danmarks største julestue med julepynt i alle afskygninger.

Efter besøget på Kunstgården kører vi til Skovby Forsamlingshus, hvor vi vil nyde en 2-retters menu.

Turen forsættes til Harndrup, hvor Humlemagasinet har hjemme.

I Humlemagasinet vil der være mulighed for at se ca. 10 pyntede juletræer, med både traditionel julepynt, og træer pyntet med de nyeste trends indenfor juleudsmykning. Der er også dækket 20 borde med mange smukke spise- og kaffestel.

- Opsamling
- Kaffe, rundstykke undervejs ved bussen.
- Kunstgården i Skovby
- Middagsmad i Skovby Forsamlingshus
- Humlemagasinet i Harndrup
- Kaffe og prinsesselagkage i Humlemagasinet

### Pris: 650 kr.

Prisen dækker: Buskørsel, kaffe, rundstykke, middagsmad, entre, kaffe og kage i Humlemagasinet

**Tilmelding:** Senest den 28. november 2023. (se rammen side 9)

Opsamling:

**Nr. Nebel:** Kulturhus, Sdr. Allé 18 A kl. 07.00

**Outrup:** Plejehjemmet Møllegården kl. 07.10

**Oksbøl:** "365" kl. 07.30

**Janderup:** Brugsen kl. 07.45

**Varde:** "Det gamle posthus", Engdraget kl. 08.00)

## Tur til Nytårskoncert i Esbjerg

(810 )

**Torsdag den 4. januar 2024**

Vi gentager succesen fra 2023 med en tur til Esbjerg Musikhus. Glæd dig til storslået aften i Musikhuset med det velspillende orkester Schönbrunns Slotsfilharmonikere fra Wien. Koncertens repertoire er hentet fra den berømte nytårskoncert. Schönbrunn Slotsfilharmonikere turnerer hvert år over hele verden

- Næsbjerghus, middag 2-retters menu
- Esbjerg Musikhus Nytårskoncerten.

**Pris: 700 kr.**

Prisen dækker: Buskørsel, 2-rettes menu på Næsbjerghus, billet til Nytårskoncerten i musikhuset.

**Tilmelding:** Senest den 14. november 2023. (se rammen side 9)

Opsamling:

**Nr. Nebel:** Kulturhus, Sdr. Allé 18 A kl. 16.00

**Outrup:** Plejehjemmet Møllegården kl. 16.10

**Oksbøl:** "365" kl. 16.30

**Janderup:** Brugsen kl. 16.45

**Varde:** "Det gamle posthus", Endraget kl. 17.00)

|                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>FODBUTIKKEN</b></p>  <p><b>GAVEKORT<br/>LAVES</b></p> | <p><b>FODBEHANDLING</b><br/>kan bestilles på mobil nr.<br/><b>61 31 68 54</b></p> <p>Jeg har klinik på<br/>Elmevej 10 i Henne,<br/>men kører også ud<br/>og giver behandling</p> <p>Venlig hilsen<br/>Karen Jepsen</p>  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



**Kør selv tur: Torsdag den 7. marts 2024**

**(811)**

Keramiker

Hallumvadvej 29, Kærup, 6851 Janderup

Kl. 14.00 – 16.00

Vi besøger keramiker Gitte Vammen. Gitte Vammen er uddannet fra Aarhus Kunstakademi i år 2000. Under besøget vil der være mulighed for opleve værksted og butik samt se og høre om Gittes arbejde med ler.

**Pris 50.00 kr.**

Max. 15 personer

**Tilmelding senest 29. februar (Se rammen side 9)**

## SYNSPRØVE OG BRILLER HJEMME HOS DIG

Med det nyeste udstyr.  
Stort udvalg af brillestel.  
Ring og bestil tid til et  
besøg af Brillebussen på 30 66 01 93



### NYHED

Nu kan du også få målt trykket i øjet.

**Stort udvalg i brillestel**

Autoriseret optiker

**Birgitte Bendixen**



Mail: [birgitte@mobilspecialoptik.dk](mailto:birgitte@mobilspecialoptik.dk)



## **Bustur.**

**2 dage til Slesvig-Holsten.**

**(801)**

**17. april og 18. april 2024.**

På denne spændende tur til det tyske vadehavsområde skal vi besøge Hallige Hooge og Friedrichstad.

Hallige er en vadehavssø uden diger. I Danmark er Langli i Ho Bugt et eksempel på en sådan ø.

På Hooge er husene bygget på såkaldte varfter. (kunstige forhøjninger). Ved at bygge på den måde undgår man oversvømmelse ved højvande og stormfloder. Vi får en rundtur på øen i hestevogn/prærievogn og besøger øens flotteste rum. I Friedrichstad går vi til fods gennem byen og kommer også på en lille kanalrundfart.

Efter Friedrichstad besøger vi Roter Haubarg, som er en gammel marskgård, som i øvrigt er hvid!

På hjemvejen besøger vi kz-lejren Husum-Schwesing. Det var i denne lejr, at læge Nordentoft fra Varde omkom.

## **Dag 1:**

- Opsamling
- Kaffe med rundstykke ved bussen
- Schutelsiel
- Hallige Hooge
- Kirken
- Rundtur med hestevogn/prærievogn
- Frokost på kroen
- Stormflodsmuseet i Hans Varft
- Kongepeselen
- Retur til fastlandet
- Indkvartering på Hotel Landhaus Sterdebüll
- Aftensmad





## Dag 2:

- Morgenmad
- Friedrichstad
- Rundtur til fods
- Lille kanaltur
- Frokost
- Roter Haubarg
- Kz-lejren Husum-Schwesing
- Let aftensmad
- Hjemkomst.

**Pris: 2500 kr. pr. person + evt. enkeltværelsestillæg 200 kr.**

### Prisen dækker:

- Buskørsel
- Fuld forplejning (eksklusive drikkevarer)
- Entreer og guider.

**Tilmelding:** Til et bestyrelsesmedlem (se bagsiden) senest den 15. marts 2024.

### Opsamling:

**Nr. Nebel:** Kulturhus, Sdr. Alle 18 A. kl. 07.00

**Outrup:** Plejehjemmet Møllegården Kl. 07.10

**Oksbøl:** "365" kl. 07.30

**Janderup:** Brugsen, Kl. 07.40

**Varde:** "Det gamle posthus", Engdraget kl. 08.00







## Senior bio, Varde Bio

Billetter købes ved indgangen eller bestilles i biografen tlf. 75 22 00 60  
Pris 60 kr.

### **Torsdag den 26. oktober kl. 14.00 "Jeg elsker dig for tiden"**

"Elsker dig for tiden" sætter kærligheden og parforholdet under lup. Med et velskrevet manuskript og elskelige karakterer er resultatet én af de bedste danske romantiske komedier i lang tid.

### **Torsdag den 23. november kl. 14.00 "Fædre og mødre"**

Komedie om ægteparret Piv og Ulrik, som skal tilkæmpe sig en plads i forældregruppen i datterens nye klasse. Her møder vi forældreskabet med magtstrukturer, dominerende personligheder og en institutionskultur af traditionsrige dagsorden-er, der har det med at glemme børnene og bringe det værste frem i de voksne.

### **Torsdag den 14. december kl. 14.00 "Meter i sekundet"**

Komedien 'Meter i sekundet' er filmatiseringen af Stine Pilgaards bestseller, der handler om de små og store kulturforskelle, der findes i lille Danmark. Filmen følger Marie, der lidt modvilligt må flytte, da hendes livs kærlighed får en stilling på Velling Højskole. Mødet med den vestjyske by er et kulturchok for Marie, men da hun begynder at lytte mere, end hun taler, lærer hun, at Velling måske netop er stedet for hende.

### **Torsdag den 25. januar 2024 kl. 14.00 "What's love got to do with it?"**

En multikulturel romantisk komedie, som følger Zoe, der begynder at filme sin gode ven og nabo Kazim, der er på vej ind i et arrangeret ægteskab med en pakistansk kvinde udvalgt af hans forældre. Zoe jagter selv kærligheden i en verden af dating, der hidtil kun har ført til dårlige jokes og sjove anekdoter, hvilket er til stor fortrydelse for hendes bedrevende mor. Mens Zoe følger Kazims rejse ind i et ægteskab, begynder hun at spekulere over, om man kan lære noget af en anden tilgang til at finde den store kærlighed.

### **Torsdag den 22. februar kl. 14.00 "USTYRLIG"**

Det danske drama 'Ustyrlig' handler om den 17-årige Maren, der er vild og uregerlig. Hun lever i 1933, hvor samfundet har særlige forventninger til, hvordan unge kvinder skal opføre sig. Maren, der ikke passer ind i tidens normer, bliver derfor sendt på kvindeanstalten Sprogø for at blive tilpasset.

Her møder hun Sørine, der efter seks år på Sprogø, har tilpasset sig samfundet og anstaltens spilleregler. Opholdet har dog den modsatte effekt på Maren, der får tændt en gnist i Sørine. De to kvinder opbygger et venskab, som ender med at få store konsekvenser for dem begge.



### **Torsdag den 21. marts kl. 14.00 "Book Club 2"**

Filmen "Book Club 2" er opfølgeren til "Book Club" fra 2018, som handlede om fire modne kvinder, der begyndte at læse E.L. James' erotiske bestseller "Fifty Shades of Grey" i deres månedlige bogklub.

Bill Holderman sidder igen i instruktørstolen, mens Jane Fonda, Diane Keaton, Mary Steenburgen og Candice Bergen også vender tilbage foran kameraet i rollerne som de fire veninder Vivian, Diane, Carol og Sharon, der denne gang rejser til Italien sammen.

### **Torsdag den 25. april kl. 14.00 "Når befrielsen kommer"**

"Når befrielsen kommer", som er baseret på virkelige hændelser, foregår i tiden op til 2. verdenskrigs afslutning og månederne efter.

Forstanderfamilien bestående af ægteparret Jacob, (Pilou Asbæk), og Lis (Katrine Greis-Rosenthal) og deres 12-årige søn, Søren, beordres til at huse 500 tyske flygtninge. Det tyske militær har dog ikke tænkt sig at bidrage med lægehjælp og lader det være op til den danske familie at tage sig af de mange flygtninge.

Ægteparret skal nu beslutte om de skal hjælpe de mange flygtninge og dermed gå imod stemningen fra det danske folk og modstandsbevægelsen.

#### **Vedrørende betaling:**

Ved betaling, som **ikke** foregår via Bookingsystemet, kan der bruges:

**MobilePay nr. 63010.**

Det er **vigtigt, at tekstfeltet udfyldes** med angivelse af, hvad der betales for. Brug evt. koden, se programmet. Betaling på denne måde må først ske dagen før eller på selve dagen.

Alle ture, der koster mere end 1000 kr., betales direkte til Ansager Turist, som forinden udsender en opkrævning. I tilfælde af sygdom eller aflysning skal man bruge sin egen rejse/afbudsforsikring.

Ture på under 1000 kr. betales til Ældre Sagen, og man kan få sine penge tilbage ved aflysning /afbud. Oplys dit kontonummer til kassereren, Hanne Andersen, hanneandersen45@gmail.com eller telefon 51 23 51 66.

## AKTIVITETSKALENDER OKTOBER TIL APRIL 2024

|          |                          |           |         |
|----------|--------------------------|-----------|---------|
| Mandage  | L'hombre                 | Varde     | side 10 |
| Mandage  | Hygge eftermiddage       | Nr. Nebel | side 13 |
| Onsdage  | Gå og Grin               | Varde     | side 10 |
| Onsdage  | Folkedans                | Varde     | side 10 |
| Onsdage  | Billard                  | Varde     | side 10 |
| Onsdage  | Gåture                   | Oksbøl    | side 11 |
| Onsdage  | Aktivitets eftermiddage  | Oksbøl    | side 11 |
| Torsdage | Håndarbejdscafe          | Nr. Nebel | side 13 |
| 3. okt.  | Bustur                   | Viborg    | side 16 |
| 12. okt. | Dans/motionsuge          | Outrup    | side 6  |
| 25. okt. | Foredrag                 | Nr. Nebel | side 12 |
| 25. okt. | Spis sammen              | Oksbøl    | side 9  |
| 26. okt. | Bio                      | Varde     | side 24 |
| 29. okt. | Spis sammen              | Varde     | side 9  |
| 29. okt. | Spis sammen              | Nr. Nebel | side 9  |
| 1. nov.  | Davidsens Hørecenter     | Nr. Nebel | side 6  |
| 14. nov. | Kør selv – Sky light     | Varde     | side 17 |
| 21. nov. | Bustur/ julemærkehjemmet | Krusmølle | side 18 |
| 23. nov. | Bio                      | Varde     | side 24 |
| 29. nov. | Syng julen ind           | Nr. Nebel | side 12 |
| 26. nov. | Spis sammen/julefrokost  | Nr. Nebel | side 9  |
| 29. nov. | Spis sammen              | Oksbøl    | side 9  |
| 5. dec.  | Bustur Juletur           | Fyn       | side 19 |
| 10. dec. | Spis sammen/julefrokost  | Varde     | side 9  |
| 14. dec. | Bio                      | Varde     | side 24 |
| 20. dec. | Spis sammen              | Oksbøl    | side 9  |
| 3. jan.  | IPad kursus              | Nr. Nebel | side 15 |

|               |                        |           |         |
|---------------|------------------------|-----------|---------|
| 4. jan.       | Nytårskoncert          | Esbjerg   | side 20 |
| 8. jan.       | ERFA 1-gruppe          | Nr. Nebel | side 14 |
| 11. jan.      | Slægtsforskning        | Nr. Nebel | side 14 |
| 15. jan.      | ERFA gruppe Windows    | Nr. Nebel | side 15 |
| 25. jan.      | IT-kursus              | Varde     | side 11 |
| 25. jan.      | Bio                    | Varde     | side 24 |
| 28. jan       | Spis sammen            | Varde     | side 9  |
| 28. jan.      | Spis sammen            | Nr. Nebel | side 9  |
| 31. jan.      | Foredrag               | Nr. Nebel | side 12 |
| 31. jan.      | Spis sammen            | Oksbøl    | side 9  |
| 7. feb.       | Ældre og kørekort      | Nr. Nebel | side 6  |
| 11. feb.      | Koncert                | Varde     | side 7  |
| 22. feb.      | Bio                    | Varde     | side 24 |
| 25. feb.      | Spis sammen            | Varde     | Side 9  |
| 25. feb.      | Spis sammen            | Nr. Nebel | side 9  |
| 28. feb.      | Foredrag               | Nr. Nebel | side 13 |
| 28. feb.      | Spis sammen            | Oksbøl    | side 9  |
| 6. marts      | IT-cafe                | Nr. Nebel | side 15 |
| 7. marts      | Kør selv tur – Keramik | Kærup     | side 21 |
| 14. marts     | Årsmøde                | Varde     | side 4  |
| 21. marts     | Bio                    | Varde     | Side 25 |
| 24. marts     | Spis sammen            | ?         | side 9  |
| 24. marts     | Spis sammen            | Varde     | side 9  |
| 27. marts     | Spis sammen            | Oksbøl    | side 9  |
| 27. marts     | Foredrag               | Nr. Nebel | side 13 |
| 17./18. april | Bustur                 | Tyskland  | side 22 |
| 24. april     | Spis sammen            | Oksbøl    | side 9  |
| 25. april     | Bio                    | Varde     | side 25 |

## Bestyrelsen pr. 30/3 2023:

|                    |                                                                                                                          |
|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Formand:           | Lise Hvelplund, Borkvej 27, 6830 Nørre Nebel<br>Tlf.: 21 22 91 44 mail: lisehv@bbsyd.dk                                  |
| 1.Næstformand:     | Niels Christian Hein Jørgensen,<br>Nybrovej 104, Kærup, 6851 Janderup<br>Tlf.: 20 66 93 76 mail: niels@hein-jorgensen.dk |
| 2.Næstformand:     | Jens Karl Rasmussen, Søndervang 25, 6830 Nørre Nebel<br>Tlf.: 21 27 97 58 mail: rasmussen384@gmail.com                   |
| Kasserer:<br>Henne | Hanne Marie Andersen, Urfuglevej 23, 6854 Henne Strand,<br>Tlf.: 51 23 51 66 mail: hanneandersen45@gmail.com             |
| Sekretær:          | Lizzie Schou, Kløvbakken 28 6855 Outrup<br>Tlf.: 28 11 25 57/ 75 25 57 26 mail: lskontor@bbsyd.dk                        |
| Medlemmer:         | Karin Mortensen, Tyttbærvej 3, Alslev, 6800 Varde<br>Tlf.:23 26 61 99 mail: mortensen.alslev@gmail.com                   |
|                    | Hanne Andersen, Pramstedvej 26 A 6800 Varde<br>Tlf.: 20 56 89 74 mail: hanne.henning@hotmail.com                         |
|                    | Else Walsted Villadsen Gl. Roustvej 51 F, 6800 Varde<br>Tlf.: 23 27 84 90 mail: elsewalsted@gmail.com                    |
|                    | Kirstine Jensen Kløvbakken 64 6855 Outrup<br>Tlf.:61549895 mail: kirstinejensen6855@gmail.com                            |
| Suppleant          | Gerda Tiedemann Brogade 16 St. 6800 Varde<br>Tlf.: 28 81 94 42 mail: gtiedemann28@gmail.com                              |
|                    | Ruth Holm Kristensen Dogger Banke 7 6852 Billum<br>Tlf.: 20 89 48 30 mail: ruka@privat.dk                                |