

Samarbejde om markedsføring

mellem
Ældre Sagen og JFM



- ambitiøse sammen

Velkommen til et samarbejde mellem Ældre Sagen og JFM

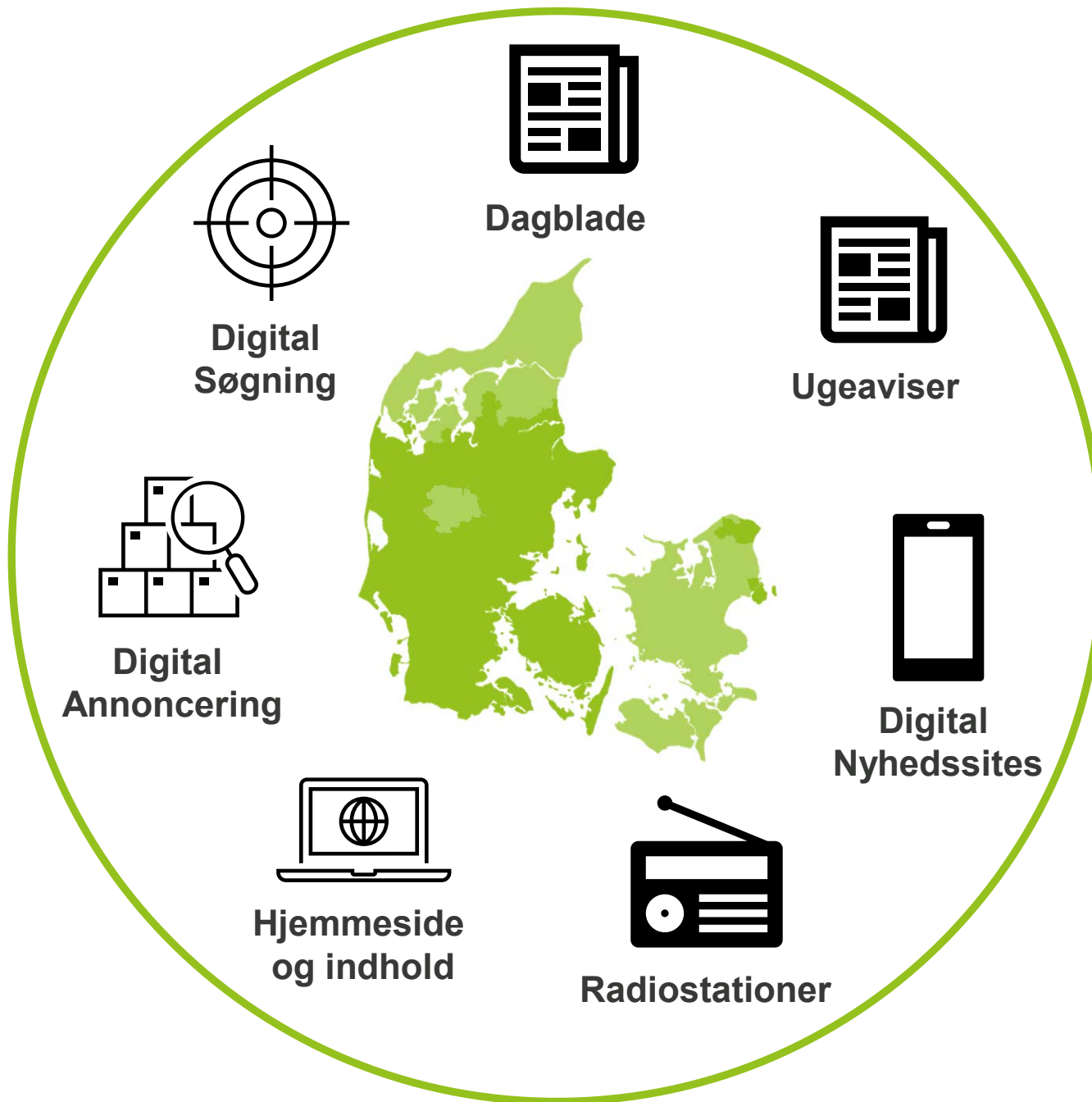
Vi er utroligt glade og stolte over at have indgået denne samarbejdsaftale med Ældre Sagen og glæder os meget til at rykke endnu tættere på, og samarbejde med jer, omkring jeres lokale markedsføring.

Dette samarbejde passer perfekt ind i JFM's vision om at være sammen om det lokale liv. Vi er sat i verden for at støtte demokrati og sammenhængskraft i hele Danmark med rod i det lokale. Vi værner om lokalsamfundet og særligt det lokale erhvervsliv, der sikrer vækst og udvikling. Vores mål er nemlig, at vi er sammen om det lokale liv.

JFM er hver uge i kontakt med 2,8 millioner danskere igennem vores 15 dagblade, 52 ugeaviser, 14 nyhedssites og 6 radiostationer. Der er vedlagt en præsentation af JFM i en separat fil for dem, der gerne vil have lidt mere indsigt i, hvem vi er, og hvor vi er. Her skal det handle om jer.

84 af Ældre Sagens lokalafdelinger er placeret i JFM's dækningsområde. Derfor giver det rigtig god mening at indgå en fælles aftale omkring lokal markedsføring.

God læselyst.



En løsning til alle

Vi arbejder allerede i dag sammen med en del af Ældre Sagens lokalafdelinger og ved, at behovet er vidt forskelligt fra afdeling til afdeling.

Derfor har vi i samarbejde med Jannik Lindholm, som er projektleder i Ældre Sagens marketingafdeling, lavet en løsning som vi mener kan være til gavn for de fleste lokalafdelinger.

Vi ved også, at en del af jer har en god dialog og en god aftale omkring markedsføring med jeres lokale mediehus og lokale medierådgiver. Så fortsætter I endelig med det. Vi laver ikke om på noget, der allerede fungerer.

Vores dagblade og ugeaviser er inddelt i kategorier fra A-F, inddelt efter udgivelsesområde og læsertal. Derfor er priserne differentieret fra område til område, uanset hvilken løsning man vælger.

På de kommende sider vil du blive præsenteret for følgende løsninger:

1. Dag til dag markedsføring, uden fast aftale og antal indrykninger
2. GROW abonnementsløsning
3. "Rudersdal-modellen"

Dag til dag markedsføring

JFMs ugeaviser dækker lokalområderne, og er man en lokal annoncør, vil man opnå en bred dækning i området. Annoncerne er accepteret og anses som en naturlig del af ugeavisen. Når man er med i ugeavisen, anses man også som en del af den lokale forankring.

Vores læsere er blandt andet "De nye seniorer". Seniorerne er aktive som aldrig før, har et stort økonomisk råderum og bruger gerne penge både på sig selv og familien. De står for en tredjedel af forbruget i Danmark.

I JFMs ugeaviser kan vi, som en del af samarbejdsaftalen, tilbyde Ældre Sagens lokalafdelinger følgende:

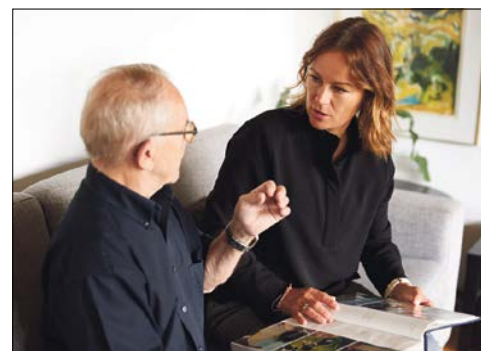
- Fast rabat på 20% på millimeterprisen, uanset mængde
- Alle annoncer er inkl. farve, uden tillæg
- Ingen fast annoncestørrelse
- Ingen binding

Se eksempler på tidligere annoncer på den kommende side.



Annonceeksempler

Her på siden ses et udpluk af de annoncer, som vi har liggende i arkivet. Ældre Sagen vil gerne ensrette den grafiske opsætning og tilbyder derfor nu at udforme lokalafdelingernes annoncer.



Bliv besøgsven i Ældre Sagen

Det er livsbekræftende både for den ældre og dig.

Mange ældre føler sig ensomme og isolerede. Derfor kan et besøg fra en besøgsven være af stor betydning.

Kontakt for nærmere information: Povl Erik Brøndgaard
tlf.: 24 63 76 77 eller email: pebrondgaard@gmail.com

Ældre Sagen
FREDERIKSSUND

Ældre Sagen
MIDDELFART



Bliv it-frivillig

Har du et godt it-kendskab? Og har du lyst til at hjælpe andre med deres it-udfordringer, så søger Ældre Sagen Middelfart flere it-frivillige.

Ældre efterspørger hjælp til mange forskellige it-udfordringer og til forskellige elektroniske enheder.

Som it-frivillig indgår du i et team af it-frivillige, hvor I

skiftes til at være på kontoret hver onsdag og tager på hjemmebesøg efter aftale.

Din frivillige indsats er ulønnet, men du vil modtage støtte lokalt og fra Ældre Sagens sekretariat bl.a. i form af kurser.

Vil du høre mere?
Kontakt Lone Ebbesen på tlf. 21 44 66 18 eller ebbesen@stofanet.dk

www.aeldresagen.dk/middelfart

Få hjælp til at lave annoncer hos Ældre Sagens marketingafdeling.

Send en mail med din bestilling til:
design@aeldresagen.dk



Bliv leder af vågetjenesten i Allerød

Er du god til at organisere og skabe et godt team? Så har vi en spændende opgave til dig.

Vi er en gruppe aktive vågere hos Ældre Sagen i Allerød, der rykker ud for at give tryghed til døende og deres pårørende i den allersidste tid. Vi brænder for at gøre en forskel, og vi mangler dig til at hjælpe med at lede gruppen.

Vi har brug for dig

Din vigtigste opgave bliver at hjælpe med at organisere vågetjenestens indsats, så vågetjenesten kan rykke ud, når der er behov for vores hjælp.

De frivillige våger i cirka 3 timer ad gangen. Som leder formidler du også vågetjenestens indsats, og du kommer blandt andet til at

samarbejde med plejecentre og hjemmepleje.

Som leder er du også med til at holde samtaler med nye vågere og til at arrangere vores møder i vågegruppen. På møderne samles vågerne for at dele erfaringer og oplevelser i forhold til vågeopgaven. Du er derfor med til at skabe et stærkt team af frivillige, som trives godt.

Vi forbereder dig godt til opgaven

Du vil få et tæt samarbejde med de andre ledere i vågetjenesten, og vi hjælper dig godt i gang.

Du kommer på kursus for nye ledere i vågetjenesten og får løbende

hjælp og sparring fra Ældre Sagens sekretariat.

Bliv en del af vågetjenesten i Allerød

Hvis du vil høre mere om opgaven, så kan du ringe eller skrive til Ellen Hansen fra Ældre Sagen Allerød, tlf. 26 23 18 00 eller mail ellenagnete@gmail.com

Vi hører også gerne fra dig, hvis du vil være våger i vågetjenesten i Allerød.

Ældre Sagen

Annonceeksempler

Ældre@Sagen
DISTRIKT 3

Har du lyst til at være en del af holdet?

Vi søger en sekretær til Distriktsledelsen i Ældre Sagens Distrikt 3.

Alle bestyrelsesmedlemmer spiller en vigtig rolle. Vi fordeler opgaverne mellem os, og trives med at samarbejde. Kunne du tænke dig at stille op som sekretær og bestyrelsesmedlem, og være med til at gøre en forskel i Ældre Sagen?

Personprofil:

- Har kendskab og lyst til glæden ved frivilligt arbejde
- Har kendskab til organisationsarbejde, stærk i Dansk retskrivning, vant til at tage referat ved møder og udsende til relevante personer
- Assisterere med udførelsen af adm. opgaver efter aftale
- Sikre at listen med kontaktpersoner bliver løbende opdateret
- Har et ønske om at gøre en forskel for ældres vilkår

Ældre Sagen tilbyder dig

Du vil få støtte og tilbudt kurser, som er målrettet bestyrelsesarbejdet og sekretærfunktionen for at lære organisationen og opgaverne at kende.

Kontakt

Distriktsformand Lars Hvidberg, mail: larshvidberg@yahoo.dk

Foredrag: Piger i trøjen (kode 2211)



Tirsdag 22. november kl. 14.00-16.00
Mødested: Hermosagaard.

Karina Jensen fortæller om sine 14 år i forsvaret og sætter fokus på, hvorfor unge mennesker vælger at blive soldat. Der serveres kaffe med brød.

Billetsalg på kontoret Gildhøjparken 6, eller tlf. 43 42 02 43.
Sidste frist tirsdag 15. november inden kl. 12.
Pris 100 kr. for medlemmer. (125 kr. hvis du ikke er medlem).

www.aeldresagen.dk/broendby

Ældre@Sagen
BRØNDBY

Bliv bisidder og gør en forskel for andre mennesker



Ny bisiddertjeneste i Gladsaxe søger frivillige bisiddere

Vil du hjælpe andre med at få styr på tingene til møder fx hos kommunen, lægen, banken, pensionsselskabet, eller ved visitation til hjemmehjælp?

Som bisidder hjælper du med at forberede mødet, går med til mødet og hjælper efterfølgende med at huske, hvad der er blevet sagt. Din rolle er altså først og fremmest at lytte, have overblik og være en god støtte, så den, du går med, føler sig tryk til mødet.

Vi har brug for dig

Vi søger frivillige bisiddere, som kan rumme andre mennesker og er gode til at sætte sig i andres sted. Måske har du erfaring fra dit arbejdsliv, fx i sundhedsvæsenet, hos socialforvaltningen, fra bankverdenen eller noget helt fjerde, som du kan bruge som bisidder - men det er ikke en forudsætning. Det er lysten, der driver værket. Du kan gøre en forskel!

Vi forbereder dig godt til opgaven

Som ny bisidder får du et kursus, som klæder dig godt på i opgaverne, ligesom du bliver en del af et lokalt netværk med andre bisiddere. Du kan også altid trække på Ældre Sagens rådgivere for hjælp og vejledning.

Vil du høre mere om det at være bisidder i Ældre Sagen i Gladsaxe? Så kontakt koordinator **Jan Holst-Pedersen** på **40 15 64 18** eller formand for lokalbestyrelsen **Lise Vork** på **30 31 78 90**.

Ældre@Sagen
GLADSAXE

Ældre@Sagen

Er du god til gåture, kortspil og hyggesnak? Så bliv besøgsven

Nysgerrig?
Ring og hør
mere

Har du nogensinde overvejet at blive besøgsven? Så er det måske nu, du skal prøve det af.

Lige nu savner Else, Hemning, Gerda og en masse andre ældre i vores kommune besøg og selskab. Vi har venteliste i alle vores besøgstjenester.

En kop kaffe og en snak med stort og småt. En gåtur eller et spil kort. En stille stund sammen.

Mere skal der ikke til, for at sprede glæde og lys i et andet menneskes liv.

Du bruger den tid, du har lyst til at sætte af.

Ældre Sagen Silkeborg
Jytte: Tlf. 27 59 80 19
man-tors. kl. 10-12
E-mail: jycar@youmail.dk

Ældre Sagen Them
Aase: Tlf. 29 29 22 12
E-mail: aase.mark@youseepost.dk

Ældre Sagen Gjern
Tove: Tlf. 51 60 45 81
E-mail: toveff@gmail.com

Ældre Sagen Kjellerup
Anna Grethe: Tlf. 27 63 30 06
E-mail: agsteffensen@mail.dk

Hjælp os med at bekæmpe
ensomheden i Silkeborg Kommune

Annonceeksempler



Ældre Sagen
BRAMSNÆS



Vi søger frivillige til bestyrelsen

Som frivillig i Ældre Sagen har du mulighed for at gøre en aktiv indsats til gavn for medlemmer – til gengæld får du selv en masse glæde og oplevelser. Du bliver del af et lokalt – og landsdækkende – netværk af frivillige og får tilbudt gratis relevante kurser.

Har du lyst til at være en del af holdet? Alle bestyrelsesmedlemmer og suppleanter spiller en vigtig rolle. Vi fordeler opgaverne mellem os og trives med at samarbejde. Kunne du tænke dig at stille op som bestyrelsesmedlem eller suppleant og være med til at gøre en forskel for Ældre Sagen Bramsnæs, som pt. har 2037 medlemmer – og 33 frivillige?

Har du lyst til at være frivillig i forbindelse med vores aktiviteter og arrangementer? Du kan fx også foreslå nye tiltag og evt. være tovholder.

Vil du vide mere
Ring eller skriv til repræsentanter fra bestyrelsen:

Jytte Mosebo, tlf. 40 98 47 49
eller olrak@mail.dk

Lillian Demescko, tlf. 20 14 47 77
eller peoli@mail.dk

www.aeldresagen.dk/bramsnaes



Vær aktiv hos Ældre Sagen og få nye venner

Benyt de mange tilbud

Du kan bruge din lokalafdeling hos Ældre Sagen til at få hjælp, deltage i aktiviteter og møde andre mennesker, og måske også blive frivillig. De fleste aktiviteter er gratis – når blot du er medlem af Ældre Sagen.

Hvis du har it-problemer kan vi hjælpe dig på vores kontor, eller vi kan besøge dig. Vores handyman kan hjælpe med små opgaver i hjemmet, og du kan også få vejledning indenfor fx bolig, forsikring, jura og økonomi.

Vi har over 45 faste aktiviteter, som du kan deltage i, én gang om ugen eller hver måned, inden for motion, sprog, spil, kreativitet, it m.m. Ønsker du at dyrke motion kan det foregå udendørs året rundt, eller indenfor det meste af året på forskellige måder.

Med 9 sproghold og 4 forskellige sprog på forskellige niveauer, er der måske også noget for dig. Vi har forskellige kortspil og skak, og mere fysiske spil som kegler, krocket, krolf og petanque. Der arrangeres også løbende ture med besøg og foredrag.

Bliv medlem

Der er over 8.900 medlemmer hos Ældre Sagen i Lyngby-Taarbæk – men vi vil gerne være flere.

Ældre Sagen arbejder for, at alle voksne – uanset alder – skal have retten til at bestemme over egen tilværelse, have et meningsfuldt liv og mulighed for at deltage aktivt i samfundet.

Du kan blive medlem fra du er fyldt 18 år.

Et medlemskab koster årligt 270 kr. Er I to i husstanden er prisen 440 kr. årligt.

Vil du være frivillig?

Ønsker du aktivt at hjælpe Ældre Sagen som frivillig, kan du se de mange muligheder på vores hjemmeside. Vi har 300 frivillige, som er ansvarlige for de mange aktiviteter, til gavn for vores medlemmer.

Se vores aktiviteter

www.aeldresagen.dk/ltk-aktiviteter

Bliv frivillig

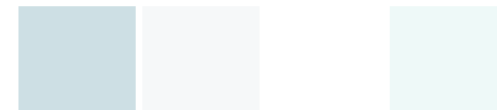
www.aeldresagen.dk/bliv-frivillig

Tilmelding til vores nyhedsbrev

www.aeldresagen.dk/ltk

Ældre Sagen
LYNGBY-TAARBÆK

Gasværksvej 10, 2800 Kgs. Lyngby. Tlf.: 45 87 42 51. Mail: aeldre.lyngby@mail.dk



GROW er JFMs abonnementsløsning på markedsføring.

Som GROW-kunde bliver man automatisk JFM Business Partner, hvilket bl.a. indebærer et tæt samarbejde med en fast medierådgiver samt flere sociale og faglige arrangementer.

Kort om GROW

- Modulopbygget aftale, som kan kombineres avis, radio, digitalt
- 12 eller 24 mdrs. abonnementsaftale med fast månedlig betaling, tilmeldt pbs.
- Prisen varierer i kategorierne A-F, inddelt efter udgivelsesområde og læsertal
- Mulighed for både profilannoncering/branding og kampagneannoncering
- 4 årlige møder med din faste medierådgiver

I GROW varierer rabatten ift. størrelse og indhold i aftalen, men rabatten vil typisk ligge på minimum 50%.

Forbrugerne i dag er på som aldrig før, og vi skifter alle mellem medier konstant. Mediedøgnet har ændret sig, hvilket betyder, at det for at få mest ud af sin markedsføring, og for at ramme sin målgruppe optimalt, er nødvendigt at spille på flere tangenter og have flere mediegrupper med på medieplanen.



”Rudersdal-modellen”

Rudersdal-modellen er en måde at få hele aktivitetsprogrammet med i den lokale ugeavis flere gange om året. Ældre Sagens lokalafdeling kontakter og sælger partnerskab med lokale samarbejdspartnere.

- Annoncøren/partneren binder sig for 12 mdr. ad gangen
- Annoncøren/partneren får stillet 2 arrangementer årligt til rådighed i lokalafdelingen
- JFM fakturerer annoncøren/partneren
- Prisen varierer i kategorierne A-F, inddelt efter udgivelsesområde og læsertal
- ”Gratis” løsning for Ældre Sagen
- Ældre Sagen leverer tekst og billeder til annoncen.

I Rudersdal har man kørt med denne løsning siden 2015 og har stor succes med at kombinere det med deres lokale nyhedsbrev. Denne løsning bidrager til, at mange af Rudersdal-afdelingens arrangementer er gratis fordi de sparer trykkudgiften til et program + egen markedsføring af arrangementerne.

Se eksempler på de kommende sider.

Faste aktiviteter
Se mere information på aedresagen.dk/rudersdal

Badminton: Tirsdage 10-12 og onsdage 12-14
Bridge Nord: Onsdage 13.20-17.00
Bridge Syd: Torsdage 13.00 til 16.00
Fiskeklubben Rudersdal: Torsdag ulige uger 14-16
Fransk: Mandag lige uger 12.30 til 14.30
Fredagsmatine: - se hjemmesiden
Gæt & Syng: - se hjemmesiden
iPad kurser: se aedresagen.dk/rudersdal
Vedligehold dit Engelsk: tirsdage 14.00-15.30
Vandreture: 1. og 3. tirsdag kl. 10.00 info 4084 6319
Litteraturkredse: se aedresagen.dk/rudersdal
Petanque: Man- tirs- ons- tors- og fredage 10-12
Stavgang i Dyrehaven: mandage og torsdage 10.00-11.30 for mere info se hjemmesiden
Stavgang Nord: Mandage kl. 10.00 - 11.30 info 6073 8921
Telefonkæden: Hver dag info 4017 0253
Træture fra Skodsborg Station: Tirsdage 10.30. Lars Max Nielsen 4015 0930
Trykhejlsopkald: Hver dag info 4110 8625 / 4096 0938
Videogruppen: 2. tirsdag i måneden 10.00-12.00 Per Mikkelsen 2837 5081 Lis Hansen 4029 7307



Koncert med Rudersdal Koret

Lørdag den 21. maj 2022 kl. 16.00
i Bistrup Kirke, Birkebakken 1, 3460 Birkerød.

Rudersdal Koret giver koncert i Bistrup Kirke.

Så kom og deltag i denne oplevelse og tag én med, fx en ven, et familiemedlem eller en nabo.

Rudersdal Koret er et klassisk kor på ca. 50 medlemmer, som til koncerten synger et afvekslende og lytvenligt a capella

program. Koret ledes af dirigent Torsten Mariegaard. De enkelte indslag præsenteres af Jesper Theilgaard.

Efter koncerten vil der blive serveret en forfriskning.

Det er gratis at deltage, idet arrangementet finansieres med midler fra Statens Oplevelsespulje.

“Det er ikke slut endnu”

Onsdag den 1. juni kl. 14.00 til 16.00 på Kulturcenter Mariehøj Øverødvej 246B, 2840 Holte i Per Kirkeby lokalet

“Det er ikke slut endnu” er en dokumentarfilm om plejehjemmet Dagmarsminde, hvor vi følger stifteren May Bjerre Eby og hendes personale i deres hverdag med mennesker med demens.

Dagmarsminde er et lille friplejehjem, det blev stiftet af sygeplejerske May Bjerre Eby i 2016, og sidste år lavede Det Danske Filminstitut en dokumentar om hverdagen på plejehjemmet, som vi har fået lov at vise.

Du så måske det uddrag, som tv2 viste i september sidste år; nu har du mulighed for at se hele filmen.

På Dagmarsminde er tesen: “Vi erstatter medicin med omsorg”. Det og meget andet hører vi om i filmen.

Kom og se den og oplev, at der for en gangs skyld bliver sagt og vist noget positivt om ældreplejen.



Det er gratis at deltage, idet arrangementet finansieres med midler fra Statens Oplevelsespulje.

Tilmelding er nødvendig, du finder arrangementet på vores hjemmeside i boksen “Kom og vær med”, her kan du tilmelde dig ved tryk på den røde “Tilmeldingsknap”.



Det er aldrig for sent at sige undskyld

Mandag den 30. maj kl. 14.00 til 15.30 i Birkerød Bio, Hovedgaden 34, 3460 Birkerød

I samarbejde med Birkerød Bio viser vi den dokumentariske kærlighedsfilm Mr. Graversen, hvor et ældre ægtepar fra provinsen spiller hovedrollerne.

I filmen følger vi sønnen Michaels besøg i sit barndomshjem i Grindsted, hvor han mødes af en forvandet far. Fri fra et årelangt misbrug af alkohol og sløvende piller er faderen, Svend-Aage, pludselig fuld af energi - i stærk kontrast til den fraværende far, Michael oplevede gennem sin barndom.

Svend-Aage genopliver sin passion for tøj og er fast besluttet på at vinde sin kones kærlighed tilbage. I årenes løb er hun dog blevet mere optaget af hunden Lexus og har svært ved at lukke sin mand ind i sit liv igen - til trods for talrige akavede forsøg fra Svend-Aages side.

Vi serverer vin eller vand og en lille snack; begge dele kan du tage med ind i biografens salen.

Det er gratis at deltage, idet arrangementet finansieres med midler fra Statens Oplevelsespulje.

Tilmelding er nødvendig, du finder arrangementet på vores hjemmeside i boksen “Kom og vær med”, her kan du tilmelde dig ved tryk på den røde “Tilmeldingsknap”.

Vi serverer vin eller vand og en lille snack; begge dele kan du tage med ind i biografens salen.

Det er gratis at deltage, idet arrangementet finansieres med midler fra Statens Oplevelsespulje.

Tilmelding er nødvendig, du finder arrangementet på vores hjemmeside i boksen “Kom og vær med”, her kan du tilmelde dig ved tryk på den røde “Tilmeldingsknap”.

Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B (postadresse) Område D / Storm P lokale 214 2840 Holte

Åbent tirsdag kl. 10.00-12.00
Telefon: 30 34 38 24
E-mail: aes@outlook.dk

Hjemmeside: aedresagen.dk/rudersdal

Den hjælpende hånd: 30 32 58 01

Bisidderordningen: 30 32 58 01

IT-hjælperne: 20 45 00 68

IT-besøgsven: 20 15 36 46

Demensrådgivning: 4091 6683

Tilmelding:

Online på hjemmesiden
E-mail aes@outlook.dk
Telefon 30 34 38 24

Betaling kan ske:
Ved tilmelding på vores hjemmeside med Dankort eller MobilePay
Via netbank til Danske Bank
Reg.nr.: 1551
Konto: 1520 486 537

Vi samarbejder med Ældre Sagen i Rudersdal

ALT-I-EN COMPUTER
Få en ny HP AIO 24” computer, der er klar til brug, når du pakker den ud.

SUPER TILBUD
computer til kun **3.999** kr.

Du får en Alt-i-en-computer, der er effektiv, pålidelig og kraftfuld.

Computeren er yderst velegnet til at klare både hverdagens opgaver og underholdning, såsom spil og streaming.

*Gælder så længe lager haves

Læs meget mere på duka.dk eller ring til os på telefon **77 34 18 18**

”Det bliver oldebørnene, der høster mit afkast.”

Se, hvad Formuepleje kan gøre for dig.

FORMUE PLEJE

Ældre Sagen

Er du interesseret i at vide mere - så send en mail til os på formuepleje@aedresagen.dk eller ring på vores telefonnumre 30 34 38 24. Så hører du fra os.

Er du interesseret i at vide mere - så send en mail til os på formuepleje@aedresagen.dk eller ring på vores telefonnumre 30 34 38 24. Så hører du fra os.

Er du interesseret i at vide mere - så send en mail til os på formuepleje@aedresagen.dk eller ring på vores telefonnumre 30 34 38 24. Så hører du fra os.

Er du interesseret i at vide mere - så send en mail til os på formuepleje@aedresagen.dk eller ring på vores telefonnumre 30 34 38 24. Så hører du fra os.

Vi står på hovedet for at fange din opmærksomhed - hvis du aldrig har været frivillig!

Du ved ikke, hvad du går glip af - hvis du aldrig har været frivillig!

opmærksomhed for at fange din opmærksomhed

Vi hjælper jer med at komme videre!

Et boligsalg er for de fleste mennesker en af de største beslutninger i livet.

Det er vores ansvar at hjælpe kunden til at træffe den bedste beslutning.

Et ansvar vi tager meget seriøst

Kontakt os for en uforpligtende salgsvurdering.

LokalBolig

BIRKERØD Tlf. 45 82 28 00
HOLTE Tlf. 69 13 28 40

Torp's Begravelse
- en kærlig afsked

Min Sidste Vilje
Gaven til dine efterladte, om det vi ikke altid tør sætte ord på.

Din digitale arv
Facebook, Instagram, e-boks, PC, iPhone, iPad, "dør" de også?

Begravelsesopsparing
Hjælp dine efterladte med at dække omkostningerne til din begravelse.

Kontakt Mette Torp for yderligere oplysninger og uforpligtende samtale.

Ring på tlf. 22 327 327
www.torpsbegravelse.dk
medlem af 

Hos GF København Nord har vi overskud til dig - med personlig rådgivning

Når vi taler om overskud, handler det ikke kun om penge. Først og fremmest handler det om nærhed. Når du har brug for god og personlig rådgivning om dine forsikringer, er GF København Nord nemlig lige i nærheden. Og er du medlem af Ældre Sagen, får du særlige fordele til dig som medlem i GF.

Kom ind til GF København Nord og hør mere eller ring på 72 24 41 95.

GF København Nord - Vadsstrupvej 61, 1. - 2880 Bagsvaerd - www.gf-kbhnnord.dk


Overbudt til hinanden

Vi samarbejder med Ældre Sagen i Rudersdal

Faste aktiviteter

Se mere information på aeldresagen.dk/rudersdal

Badminton: Tirsdage 10-12 og onsdage 12-14

Bridge Nord: Onsdage 13.20-17.00

Bridge Syd: Torsdage 13.00 til 16.00

Fiskeklubben Rudersdal:

Torsdag ulige uger 14-16

Fransk: Mandag lige uger 12.30 til 14.30

Fredagsmatiner: - se hjemmesiden

Gæt & Syng: - se hjemmesiden

iPad kurser: se aeldresagen.dk/rudersdal

Vedligehold dit Engelsk: tirsdage 14.00-15.30

Vandreture:

1. og 3. tirsdag kl. 10.00 info 4084 6319

Litteraturrede:

se aeldresagen.dk/rudersdal

Petanque:

Man- tirs- ons- tors- og fredage 10-12

Stavgang i Dyrehaven:

mandage og torsdage 10.00-11.30

for mere info se hjemmesiden

Stavgang Nord:

Mandage kl. 10.00 - 11.30 info 6073 8921

Telefonkæden: Hver dag info 4017 0253

Traveture fra Skodsborg Station:

Tirsdage 10.30. Lars Max Nielsen 4015 0930

Tryghedsopkald:

Hver dag info 4110 8625 / 4096 0938

Videogruppen:

2. tirsdag i måneden 10.00-12.00

Per Mikkelson 2837 5081

Lis Hansen 4029 7307



Sikker på Elcykel

Onsdag den 18. maj kl. 14.00 til 16.00 på Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246A, 2840 Holte i Storm P området lokale 205

Selvom en elcykel ligner en almindelig cykel, så er den på mange måder anderledes. Derfor er det vigtigt, at du overvejer, hvad du helt præcist har brug for.

Glem ikke din sikkerhed, og vær indstillet på, at du skal bruge lidt tid på at lære at bruge en elcykel.

Så kan du bedre afgøre, om en elcykel er noget for dig. Medbring gerne egen cykelhjelm. Ved arrangementet har du også mulighed for at prøve elcyklen fra Winther, der er udviklet i samarbejde med Ældre Sagen.

Så kan du bedre afgøre, om en elcykel er noget for dig.

Medbring gerne egen cykelhjelm.

Tilmelding er nødvendig, du finder arrangementet på vores hjemmeside i boksen "Kom og vær med", her kan du tilmelde dig ved tryk på den røde "Tilmeldingsknap".



Er du utæt?

Mandag den 25. april kl. 14.00 - 16.00 i Richard Mortensen lokalet på Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246B, 2840 Holte

Der er rundt regnet 500.000 af os i Danmark. Og hvad kaldes så dette fænomen? **INKONTINENS** Catharina Freundahl fra Kontinensforeningen præsenterer den ubudne, livsvarige 'gæst'.

Tilmelding til det gratis arrangement er nødvendig, senest torsdag 21. april 2022, se hvordan i boksen til højre.

IT-hjælpere og IT-Besøgsvenner !



Du bliver en del af en større gruppe, som hjælper hinanden

Det er fedt at glæde andre mennesker

Du kan bruge din egen viden på at hjælpe andre, som ved mindre

Du skal ikke være it-specialist, men bare en almindelig bruger

Som en af IT-hjælperne udtalte:

"Det er det første job jeg har haft, hvor der kun er tilfredse kunder!"

Ældre Sagens IT-hjælpere og besøgsvenner i Rudersdal er en fantastisk gruppe, som nu i 15 år har hjulpet efterlønnere og pensionister med at løse problemer med computere, printere, iPads m.v. hovedsageligt hjemme hos dem selv i deres egne stuer. Hjælpen er gratis for modtageren.

Hvis du er 'arbejdsramt' er du også mere end velkommen, vores brugere er meget fleksible, og altid taknemmelige.

Så har du lyst til at være en af dem, som for en lille indsats får en masse tilbage, så har vi også plads til dig.

Send dine kontaktoplysninger og et par ord om dig selv på mail til Per T. Christensen på pert.christensen@gmail.com så hører du fra os.

Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B (postadresse) Område D / Storm P lokale 214 2840 Holte

Åbent tirsdag kl. 10.00-12.00

Telefon: 30 34 38 24

E-mail: aes@outlook.dk

Hjemmeside: aeldresagen.dk/rudersdal

Den hjælpende hånd: 30 32 58 01

Bisidderordningen: 30 32 58 01

IT-hjælperne: 20 45 00 68

IT-besøgsven: 10 15 36 46

Demensrådgivning: 4091 6683

Tilmelding:

Online på hjemmesiden
E-mail aes@outlook.dk
Telefon 30 34 38 24

Betaling kan ske:

Ved tilmelding på vores hjemmeside med Dankort eller MobilePay
Via netbank til Danske Bank
Reg.nr.: 1551
Konto: 1520 486 537

Vi samarbejder med Ældre Sagen i Rudersdal

Vi samarbejder med Ældre Sagen i Rudersdal

Hos GF København Nord har vi overskud til dig - med personlig rådgivning

Når vi taler om overskud, handler det ikke kun om penge. Først og fremmest handler det om nærhed. Når du har brug for god og personlig rådgivning om dine forsikringer, er GF København Nord nemlig lige i nærheden. Og er du medlem af Ældre Sagen, får du særlige fordele til dig som medlem i GF.

Kom ind til GF København Nord og hør mere eller ring på 72 24 41 95.

GF København Nord - Vadsstrupvej 61, 1. - 2880 Bagsvaerd - www.gf-kbhord.dk

'ALT-I-EN' COMPUTER

Få en ny HP AIO 24" computer, der er klar til brug, når du pakker den ud.

Du får en Alt-i-en computer, der er effektiv, pålidelig og kraftfuld.

Computeren er yderst velegnet til at klare både hverdagens opgaver og underholdning, så som spil og streaming.

*Gælder så længe lager haves

SUPER TILBUD computer til kun **3.999** kr.

Læs meget mere på duka.dk eller ring til os på telefon **77 34 18 18**

Torp's Begravelser - en kærlig afsked

Min Sidste Vilje
Gaven til dine efterladte, om det vi ikke altid tør sætte ord på.

Din digitale arv
Facebook, Instagram, e-boks, PC, iPhone, iPad, "dør" de også?

Begravelsesopsparing
Hjælp dine efterladte med at dække omkostningerne til din begravelse.

Kontakt Mette Torp for yderligere oplysninger og uforpligtende samtale.

Ring på tlf. 22 327 327
www.torpbegravelser.dk
medlem af 

Har du først prøvet det og oplevet, hvor meget glæde og taknemmelighed "en smule tid" giver, så bliver du nærmest helt høj.

Glæden kan komme ved at give en hjælpende hånd, ved at være besøgsven eller IT-besøgsven, ved at være IT-hjælper, chauffør på ture for ældre på plejehjem, eller ved at være med til at lave hyggelige arrangementer med musik og sang eller arrangere et spændende foredrag.

Er du interesseret i at vide mere - så send en mail til os på aes@outlook.dk eller læg os besked på vores telefonsvarer 30 34 38 24, så hører du fra os.

Ældre Sagen RUDERSDAL

"Det bliver oldebørnene, der høster mit afkast."

Se, hvad Formuepleje kan gøre for dig.

FORMUEPLEJE

Vi hjælper jer med at komme videre!

Et boligsalg er for de fleste mennesker en af de største beslutninger i livet.

Det er vores ansvar at hjælpe kunden til at træffe den bedste beslutning.

Et ansvar vi tager meget seriøst

Kontakt os for en uforpligtende salgsvurdering.

LokalBolig

BIRKERØD Tlf. 45 82 28 00
HOLTE Tlf. 69 15 28 40

Lad os drøfte din lokalafdelings markedsføring

Vi kan næsten ikke vente med at komme igang, så kontakt os allerede i dag og lad os mødes og drøfte markedsføring og muligheder i din lokalafdeling.

Vi har tilknyttet en medierådgiver, som dækker hvert af Ældre Sagens distrikter.

Ring til os på telefon 63 45 22 00
eller send en mail på: annoncering@jfmmedier.dk

så bliver du kontaktet af den medierådgiver, der har ansvar for dit distrikt og din lokalafdeling.

På gensyn lokalt.

Med venlig hilsen

