



Et nyt tiltag – mest for seniorer

Som noget helt nyt vil du fremover finde denne side "Nyt fra Næstved – mest for seniorer" her i Ugeavisen. Her finder du f.eks. oplysninger om arrangementer, nyt fra Ældrerådet og praktiske informationer, som primært henvender sig til seniorer, demente og deres pårørende. Du finder siden her i Ugeavisen den anden onsdag i hver måned.

Du kan vælge at klippe siden ud og gemme den. Du kan også finde de samme informationer på www.naestved.dk under Borger vælg Ældre.

De faste ugentlige aktiviteter på ældrecentrene finder du fremover i en folder, som udkommer i slutningen af januar. Du kan finde aktivitetsfolderen på biblioteker, borgerservice, ældrecentre og www.naestved.dk.

Vi håber, I vil tage godt imod de nye initiativer.



Torsdagsklub i Fugleparken

Torsdag den 16. januar kl. 14.00-16.00

Der er Pop før og nu, hvor Broby-spillemændene underholder.

Torsdag den 30. januar kl. 14.00-16.00

Café-ensemblet underholder med dansevenligt musik.

Deltagerbetaling for begge arrangementer er 40 kr. Se opslag i centrene.

Nytårskur på Munkebo

Nytårskur med Wiener-trioen **torsdag den 30. januar kl. 17.30-20.30.**

Munkeboencentret på Farimagsvej 52 holder nytårskur igen i år. Kom og få en hyggelig og festlig aften med wienermusik, bobler og lidt godt til ganen.

Opslag og tilmelding kan hentes på Munkebo i caféen. Det er efter først-til-mølle-princip.

Er du mand

Så er der mulighed for at få nogle hyggelige timer sammen med andre mænd i et kolonihavehus, som vi låner af Frivilligcenteret. Vi mødes **hver anden onsdag i ulige uger kl. 15.00-17.00.**

Vi mødes fortsat i kolonihaven, selvom det er vinter. Der vil være varme i huset efter behov.

Adressen er Ellebæk Vej 93. Er du i bil, kan du parkere de steder, der er markeret med et stort rødt P. (Det nemmeste er at dreje ved Pub 13 på Hvedevænget og tage vejen skråt til højre, så ender du lige ved huset).

Hvis du har fået lyst til at melde dig til eller har spørgsmål, så kontakt Ruben Notkin på 4023 7561.



Cykling Uden Alder Næstved

Tusind tak til alle frivillige, der har gjort det muligt for de ældre at komme ud og få "vind i håret" uanset vejret. De har gjort 2019 til endnu et fantastisk år med Cykling Uden Alder.

Har du lyst til at være cykelpilot

Har du lyst til at cykle med ældre mennesker på Rickshaw og være med til at give dem en dejlig oplevelse?

Så henvend dig på nærmeste ældrecenter og bliv introduceret til rickshawcyklen.

- **Distrikt SYD:**
Else Marie Holm Jørgensen på 5588 2040
- **Distrikt VEST:**
Maja Stenmann på 2545 1125
- **Distrikt ØST:**
Ruben Notkin på 4023 7561
- **Distrikt NORD:**
Karin Mundt Monssen på 2545 1744

Fredags Brunch

Har du lyst til at tilbringe fredag formiddag kl. 10.00-12.00 i et godt selskab med glade mennesker, så kom i aktiviteten på Birkebjerg-centret. Her hygger vi med lidt godt til ganen, sang og musik.

Du behøver ikke at tilmelde dig, bare mød op.



Dans og hygge i Fugleparken

Kom og deltag i en fantastisk eftermiddag i Fugleparken **onsdag den 5. februar kl. 13.00-17.00.**

Der serveres en buffet med tre slags kød, flødekartofler og salat. Derefter er der dans til musik af Krudtuglerne samt kaffe, te og hjemmelavet lagkage. Det hele til 170 kr.

Tilmelding og betaling senest torsdag den 30. januar kl. 14.00-16.00 eller fredag den 31. januar kl. 10.00-11.00 i Fugleparken.

Cafe Munkebo

Cafeen har åbent **mandag-fredag kl. 8.30-14.30.** I cafeen er der mulighed for at nyde et godt måltid i et hyggeligt selskab i havestuen i tidsrummet kl. 11.30-13.00. Alle hverdage kan du købe sandwich, smørrebrød, salatbar, kaffe og kage. Pris for den hjemmelavede mad er 45/55 kr. Dessert kan tilkøbes.

Lørdag og søndag er det kun muligt at få varm mad i tidsrummet kl. 11.30-13.00.

Ved siden af cafeen er der en genbrugsbutik. Kom og kig ind i butikken, hvor der er genbrug til rimelige priser. Der er åbent mandag og onsdag kl. 10.00-14.00 og torsdag kl. 10.00-12.00.