

AUGUST 2024

# IMPULSER

INFORMATION OG INSPIRATION TIL  
SENIORER I SVENDBORG KOMMUNE



Svendborg  
Kommune



Impulser udgives af direktørområdet Social, Sundhed og Beskæftigelse, Svendborg Kommune.

Bladet udkommer i 12.000 eksemplarer som omdeles til alle, der er fyldt 67 år.

Andre interesserede kan hente bladet på bibliotekerne i Svendborg Kommune, Borgerservice og på Svinget 14, 5700 Svendborg.

Næste nummer udkommer januar 2025. Ideer skal være redaktionen i hænde senest 1. oktober 2024  
Impulser udkommer 2 gange årligt i januar og august.

## GRAFISK PRODUKTION OG DISTRIBUTION

**Layout:** Grafisk afd.

Svendborg Kommune

**Tryk:** Trykteam

**Distribuering:** FK Distribution

## FORSIDEFOTO:

Palle Christiansen, Christiansmøllen i Svendborg

## UDEBLIVER IMPULSER

Er du 67 år eller derover og har du ikke modtaget Impulser, så kontakt Kontoret i myndighedsafdelingen [socmyn@svendborg.dk](mailto:socmyn@svendborg.dk)  
Tlf. 62 23 40 00 - tryk 3

## IMPULSER ONLINE

Du kan læse Impulser på Svendborg Kommunes hjemmeside:  
[www.svendborg.dk/impulser](http://www.svendborg.dk/impulser)

## ANSVARSHAVENDE REDAKTØR

Ældrechef Kirsten Vie

## REDAKTION

**Redaktør** – Maria Rudbæk Bernhard  
[maria.bernhard@svendborg.dk](mailto:maria.bernhard@svendborg.dk)  
Tlf. 30 17 45 66

Marianne Mølsted  
Palle Christiansen  
Tage Østbjerg  
Egon Sohnesen - Seniorrådet  
Lene Wulff-Krogsgøe

# I dette nummer:



## Christiansmøllen

Der er lagt mange frivillige timer i den flotte Christiansmølle i Svendborg.

## Kunst og kaffe

Slip kreativiteten løs i hyggeligt samvær med andre. Det foregår hver måned på Frederiksøen.



## 8 Fattiglemmerne

I 2024 er det 50 år siden, at Fattiggården lukkede. Mange forskellige skæbner har igennem anstaltens historie fra 1872-1974 haft deres liv bag stedets murer.

## Bibliotekets mange tilbud

Bliv klogere på nogle af Svendborg Bibliotekst mange tilbud og muligheder.



NR. 24 AUGUST 2024

# indhold

- |                             |                             |
|-----------------------------|-----------------------------|
| 3 Leder                     | 20 Svendborg Senior Erhverv |
| 4 Christiansmøllens Laug    | 21 Seniorværkstederne       |
| 6 Fattiggården i Svendborg  | 22 Kunst og kaffe           |
| 8 Prøv Qi Gong              | 23 Svendborg Senior Akademi |
| 9 Div. tilbud               | 24 Svendborg Bibliotek      |
| 10 Det sker i Svendborg     | 25 Mariannes klumme         |
| 14 Oversigt over foreninger | 26 Kontaktoplysninger       |
| 16 Svendborg Senior Idræt   |                             |
| 18 Aktivitetshuset Skallen  |                             |



# LEDER

Af Ældrechef Kirsten Vie

## Velkommen til en ny udgave af Impulser

Endnu et halvt år er fløjet afsted. Kalenderen siger nu august og en spritny udgave af Impulser er landet i postkassen.

Forude venter sensommeren og efteråret, der med sit komme for mange af os varsler, at nu er det tid for at finde ud af, hvilke aktiviteter vi skal i gang med i dette efterår. Og inspiration til nye aktiviteter for både krop og sind kan I finde i denne udgave af Impulser.

I Svendborg Kommune tør jeg godt sige, at der er tilbud til alle. Både til dem, der vil have pulsen op og sved på panden. Til dem der ønsker et rolige tempo. Til dem, der vil fordybe sig i kreative sysler, håndværk eller vitaminer til hovedet. Der er individuelle tilbud og tilbud i fællesskab med andre.

Jeg håber, at du med Impulser vil lade dig inspirere og ligesom jeg være stolt og glad for at bo i en kommune, hvor både private, frivillige og kommunale kræfter tilsammen skaber et ældreliv fuld af muligheder.



*Borgermøde ifm. udarbejdelse af den nuværende masterplan i 2018.*

## Der er brug for dig til at sætte dit præg på fremtidens ældreliv i Svendborg Kommune

Senior-, Social- og Sundhedsudvalget i Svendborg Kommune skal i efteråret opdatere masterplan for "Fremtidens Ældreliv". Masterplanen sætter styring og retning for udviklingen af ældreområdet i Svendborg Kommune.

Senior-, Social- og Sundhedsudvalget inviterer derfor til borgermøde om masterplan for det gode ældreliv her i Svendborg Kommune.

Dato og invitation til mødet vil blive annonceret i dagspressen og i de sociale medier. Så hold øje med invitationen, da vi har brug for at høre jeres forskellige stemmer på, hvad et godt liv er for jer.



## Vil du hellere læse Impulser elektronisk?

Ønsker du at læse bladet elektronisk og ikke modtage det i postkassen, så skriv en mail til: [maria.bernhard@svendborg.dk](mailto:maria.bernhard@svendborg.dk)

Impulser kan læses på [www.svendborg.dk/impulser](http://www.svendborg.dk/impulser).



# Christiansmøllen – Svendborgs vartegn

*Tekst: Henrik Nørregaard,  
næstformand i Christiansmøllens Laug.*



*Christiansmøllens Laug  
består udelukkende  
af frivillige og  
mest af seniorer*

Der er ingen, der er så gamle, at de kan huske hele Christiansmøllens historie. Men mange har levet og fortalt om tiden, mens der stadig blev malet mel i den gamle mølle. Men også om tiden, da man jævnligt måtte skifte de store pærer, der oplyste møllen, så man kunne se den lyse som Svendborgs vartegn.

Efter at have fungeret som depot siden 1959, blev møllen atter restaureret i årene 2016-18. Men inden da skulle der nedsættes et møllelaug.

Siden en tidligere og en fungerende borgmester d. 8. september 2018 sammen klippede snoren til den nyrestaurerede mølle, har møllelauget arbejdet med møllens inventar, der efterhånden er kommet på plads. Samtidig er der arbejdet med omgivelserne, som ofte nydes af besøgende.

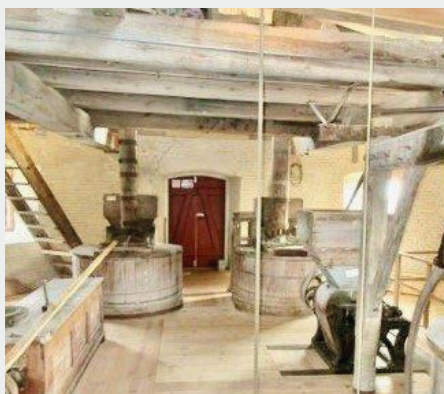
Men der er altid gamle redskaber, der skal finde deres rette plads. Så ud over de 6 dage om året, hvor der er åbent for publikum, arbejder frivillige med at levendegøre møllen. Ind i mellem bruger foreninger møllen et par timer efter en rundvisning, og mange børn er efterhånden blevet undervist af tidligere lærere.

Christiansmøllen lyser stadig over byen, men nu er det med spotlys, og Christiansmøllens Laug, der har samlet mange historier om livet på og ved møllen, hygger sig med at holde liv i møllen og sætte de gamle redskaber på plads.



Christiansmøllens Laug består udelukkende af frivillige og næsten kun af seniorer med vidt forskellige baggrunde, der gerne bruger tid på at fremvise møllen, restaurere inventaret og formidle historierne. Samtidig sørger bestyrelsen for, at der hver måned kommer et nyhedsbrev med forskellige beskrivelser, oplysninger, fortællinger m.v. til støtte-medlemmer. Har man lyst til at blive støtte-medlem kan man gå ind på [www.Christiansmoellen.dk](http://www.Christiansmoellen.dk) under Bliv Medlem eller send en mail til [Christiansmoellen@gmail.com](mailto:Christiansmoellen@gmail.com). Eller find os på facebook.

Det er en stor fornøjelse og meget hyggeligt at være med til at skabe nyt liv i byens vartegn, som mere end tusind personer har besøgt efter den blev restaureret.



# Christiansmøllens laug KALENDER 2024



Søndag 18. august  
kl. 13.00 - 16.00  
**CHRISTIANSMØLLEN ER ÅBEN**  
for fastboende og byens gæster

Søndag 15. september  
kl. 13.00 - 16.00  
**EFTERÅR I CHRISTIANSMØLLEN**  
åben mølle-udvidet program

Søndag 1. december  
kl. 12.00 - 16.00  
**JUL I CHRISTIANSMØLLEN**  
Boder med juleting og hygge  
Laugets bod sælger plakater



**VED ALLE LAUGETS  
ARRANGEMENTER I  
CHRISTIANSMØLLEN  
ER DER ÅBENT  
I VORES CAFE  
OG I VORES BOD**

**Christiansmøllen har altid GRATIS entre  
Du kan støtte os ved at købe et medlemskab**





# Fattiggårdens ansigter

Tekst af Marianne Mølsted  
Fotos: Katrine Becker Damkjær

I 1961 kom jeg til byen med sylespidse sko og de strammeste cowboybukser og skulle starte på ny uddannelse. Min møster redte op til mig og så hang jeg der i køkkenvinduet og så ud på naboen, hvor de havde meget flotte, røde pelargonier i vinduerne. Gamle mænd i blå, løse bukser trissede rundt i haven og rev lidt i jorden. - Hvem er de? spurgte jeg min møster. Jeg havde aldrig før hørt om Fattiggården. Min møster svarede mig rapt: - Ja, hvis du ikke får skrællet de gulerødder her, kan du få plads derovre og skrælle deres!

Jeg mødte af og til "de blå mænd" i bybilledet og hilste pænt. Jeg husker dem som små og gamle, men altid smilende til mig.

Lidet anede jeg, at jeg 50 år senere skulle spille med i et teaterstykke om netop Fattiggården.

Marianne Kjær havde fundet viden om og skrevet adskillige fattiglemmers historie ind i et stykke, vi skulle opføre i anledning af Fattiggårdens lukning for 40 år siden. Jeg var med som nydelig dame fra byen. I stykket mødte vi blandt andre fattiglemmer 'Alma' og hendes kost, hun brugte som støtte, 'Kresjan', som gemte sin sprit i bornholmeruret, og 'Fattiggårdens Skræk', der slog en proper næve.

Det gav os, der spillede med i stykket, en viden om de mennesker, der engang havde boet der. Fattige, arbejdsløse, syge, forældrelose i alle



*Den beboer, der har været længst på Fattiggården er Alma Mary Christiane Rasmussen. Hun blev født 1891 i Svendborg, og blev indskrevet på Fattiggården i 1929 som 38-årig. Fattiggården var hendes hjem i 45 år indtil den lukkede i 1974.*

*Alma holdt sig for sig selv, og var ikke meget for andres – og specielt mænds – selskab. Man vidste ikke meget om hende. En diakon, der blev ansat i 50'erne, undrede sig fx over, hvorfor Alma haltede. De andre ansatte mente, at det havde hun altid gjort. Diakonen undersøgte dog Almas fødder og fandt ud af, at hendes tånegle var blevet så lange, at de var vokset udover tærne og nedunder foden. Alma haltede, fordi hun gik på sine tånegle. Det havde dog ikke hindret hende i jævnligt at vaske trapperne.*



aldre. 1974 virker ikke som så længe siden. Vi var der jo og der var flere af os, som godt kunne huske "de blå mænd" fra vores barndom. Deres historier kom nær på os, når vi trådte i deres fodspor, og vi prøvede at leve deres liv i teaterstykket iført tøj, der nok lignede deres.

Vi var vist alle taknemmelige over, at vi ikke var dem. Det var kummerlige forhold, vi kom nær: Alma, den stakkel, der ikke fik klippet sine tånegle, før hun havde boet der mange år – og så var de begyndt at gro rundt om hendes tæer. Heldigvis fik hun hjælp og det har hun nok ikke betragtet som en gave, for det må have gjort pokkers ondt. Jeg tænker på hende, når mine egne tånegle bliver for lange – og sådan har de skuespillere, der var med i stykket, sikkert også nogen, hvis liv de er kommet nær, som stadig lever i deres indre, selv så lang tid efter.

Men pelargonierne er der endnu i vinduerne – eller aflæggerne fra dem. Det siges, det er de samme, og man kan endda købe stiklinger. Kresjans bornholmerur står der også, men der er ikke en blå flaske denatureret sprit gemt bag lågen til at spæde kaffen op med. (Jeg har set efter!) Alma og Kresjan og alle deres samboere er der ikke – men deres historier fortælles og billeder vises af dem, så vi ikke glemmer dem – igen.

Også fortællinger og fotos af vore dages unge, som tidligere ville have boet der med deres vanskeligheder, er beskrevet. Og børn, der dengang ville være blevet henvist hertil, fortæller om deres liv i vore dage – stadig problematisk, men ikke i forhold til tidligere.

Fattiggården er indrettet som dengang, og man kan bestille en rundtur på stedet med fortællinger til. Det er virkelig et besøg værd!



## Fattiggårdens ansigter

Udstillingen kan ses til og med 15. december 2024

I 2024 er det 50 år siden, at Fattiggården lukkede. Mange forskellige skæbner har igennem anstaltens historie fra 1872-1974 haft deres liv bag stedets mure. Mænd, kvinder og børn har været indlagt i Fattiggårdens arbejds- og forsørgelsesafdelinger. Ansatte

har arbejdet og skabt et liv med deres familier i anstaltens administrationsbygning. Det er vigtigt, at disse skæbner ikke glemmes, men huskes. Gå på opdagelse i udstillingen og se fortidens skæbner i øjnene.



# Langt liv – ikke gammel med Qigong!

Tekst af Margit Lolk

Igennem mere end 50 år har mit liv, som gymnastiklærer og sundhedsformidler i ind- og udland, været bevægelse på flere planer, både fysisk, psykisk og socialt.

Jeg oplever stadig, at tales der om bevægelse, så tænkes der, som det første, på en eller anden form for fysisk aktivitet og pulsen op, men man kan også bevæge sig uden at komme ud af stedet - psykisk, ved tankens kraft samt socialt ved nærhed og samvær.

For 25 år siden "faldt" jeg over en annonce i avisen om et Tai Chi hold, som vakte min interesse, hvilket skulle vise sig at blive skæbnesvangert for mit liv fremover. Opvarmningen var de enkle og nemme Qigong øvelser, som man i Østen bruger både forebyggende og helbredende.

Qigong gjorde noget godt for mig, da jeg var et sted i mit liv med store udfordringer. Den viden måtte jeg bare bringe videre.

Det var i begyndelsen meget op ad bakke med tilmeldingerne og i manges øjne var og er Qigong stadig nogle mærkelige/mystiske øvelser, hvor "man bare står og bevæger armene - spild af tid, når man har brug for motion"! Qigong er motion og, efter min mening og erfaring, også en energiindsprøjtning for både krop og sind, men ligesom i alt andet, man fortager sig, gælder det om at være 100% tilstede i det man gør.

## Hvorfor er Qigong godt for helbredet?

Qigong styrker bl.a. energikredsløbet/det hormonale system, som er et lukket system - ligesom i en kæde, er man ikke stærkere end det svageste led. Vi lever i dag i et samfund, hvor stress, angst og frygt er nogle af de mest udbredte symptomer, der påvirker vores helbred.

Qigong øvelserne får energien til at strømme frit og harmonisk igennem hele det hormonale system - man får tømt hovedet og styrket balancen og samtidig bliver vejrtrækningen dybere, så man også får masseret de indre organer.

## Giv slip og mærk livet!

Mange er tilbøjelige til at slæbe fortiden med sig igennem hele livet og tænke på, hvad der kunne have været gjort anderledes i stedet for at leve og være tilstede her og nu. Giv slip! Fortiden er historie, den kan ikke ændres. Mærk i stedet for livet, gør noget godt for dig selv og du får masser af overskud til også at være der for andre.

Qigong, en positiv livsindstilling og det at være tilstede i NUET har og er medvirkende til, at jeg, i en høj alder, stadig har masser af energi og overskud.



**Har du også fået lyst til at prøve de enkle og nemme energigivende Qigong øvelser?**

**Gratis Qigong i Midtbyhallen:**

Onsdag den 21. aug. 2024 kl. 15.00 -16.30

**Qigonghold i Skallen: Fra 8. okt. 2024**

kl. 10.00 -10.55 (Hør nærmere)

Der arrangeres desuden Qigong Events samt foredrag for grupper, skoler, foreninger og private.

**Nærmere oplysninger:**

Margit Lolk, tlf. 30 54 13 73.





## Ny pårønderådgiver i Svendborg Kommune

Er du pårørende til en med nedsat funktionsevne psykisk, fysisk eller socialt? Så kan du få støtte og rådgivning af Lone Milling, der er ny pårønderådgiver i Svendborg Kommune.

At være pårørende kan være givende og betydningsfuldt, men det er sommetider også belastende og rigtig hårdt. Når et menneske tæt på dig er alvorligt eller kronisk syg, svækket eller har fået et handicap, forandrer det ikke kun den syges liv men også dit liv. Det er almindeligt at have bekymringer om, hvordan hverdagen skal hænge sammen, og hvad fremtiden bringer, fortæller Lone Milling.

### **Som pårønderådgiver kan Lone Milling tilbyde:**

- Individuelle samtaler og rådgivning
- Hjælp til at få overblik over hvilke andre tilbud og muligheder, der findes i kommunen

Både du, og den du er pårørende til, skal være over 18 år.

Det er gratis at benytte pårønderådgiveren.

**Kontakt pårønderådgiver  
Lone Milling på telefon 62 23 40 00**

## Engelskundervisning – gratis - uanset niveau

Livet er fuldt af eventyr og nye rejsemål, og med engelsk i bagagen, kan du rejse ud i verden med større selvtillid og mulighed for at fordybe dig i nye kulturer og interessante samtaler med nye spændende mennesker.

Forberedende Voksen Undervisning /FVU-Engelsk bygger bro til disse muligheder og mange flere. Start et nyt eventyr sammen med andre seniorer til september.

Der er ingen krav til niveau – dette afklares første mødegang, så undervisningen kan tilrettelægges bedst muligt.

**Undervisningen finder sted i Seniorhus Skallen, Møllergade 99 i lokalet Hviden på 1. sal kl. 9.00 – 12.30**

### **Sæson**

- Efterår 2024: 10. september – 3. december
- Forår 2025: 7. januar - 3. juni

### **Tilmeld kan ske til**

Birthe Bergmann på 24 88 63 31 eller på mail: birthe.bergmann@svendborg.dk, eller til Pernille Larsen på 20 11 81 26 eller på mail: nill@tietgen.dk

**Sidste frist for tilmelding er torsdag den 5. september.**

## Ingen skal stå alene med sorg



Selvhjælp Svendborg tilbyder dig muligheden for at deltage i en gratis sorggruppe. Forløbet fungerer efter det Nationale Sorgcenters retningsslinjer - og faciliteres af en tovholder med både personlig og relevant faglig erfaring.

At miste en nærtstående kan betyde at tiden bliver lang og måske skal udfyldes med nye bekendtskaber. Selvhjælp Svendborg har også et samtalenetværk, hvor stort og småt kan tages op i et hyggeligt fællesskab. Samtaleværket mødes onsdag i lige uger fra 1. september i Frivillighuset på Kvægtorvet.

Alle vores tilbud er drevet af frivillige kræfter og god, gedigen medmenneskelighed. Hvis du vil vide mere om vores sorggrupper eller samtaleværket, så er du meget velkommen til at kontakte Anja på 42 40 52 95.

# AKTIVITETSTILBUD

## IDRÆT

### Svendborg Senior Idræt

Svendborg Idrætscenter, Ryttervej 70  
Sekretariatet, tlf. 22 92 57 00  
Se kontorets åbningstider på  
hjemmesiden [www.svsi.dk](http://www.svsi.dk)  
Mail: [kontakt@svsi.dk](mailto:kontakt@svsi.dk)

Se endvidere foreningens katalog,  
som findes her midt i Impulser

### Egebjerg Ældreidræt

V.Skerninge Hallen,  
Mads Hansensvej 10A  
Torsdag kl. 11.30 - 13.00  
Stenstrup Hallen, Lærkevej 1A  
Onsdag kl. 13.45 - 15.00  
**Kontakt:** Jytte Lund, tlf. 21 94 92 06  
Mail: [jyttelund@hotmail.dk](mailto:jyttelund@hotmail.dk)



## BOWLING

### Skårup Bowling

Bowl'n Fun, Nyborgvej 4  
Tirsdag & torsdag kl. 15.00 - 17.00  
Første gang den 1. august  
**Kontakt:** Per Nellemann, tlf. 22 97 35 05

### OV Bowling

Bowl'n-Fyn, Nyborgvej 4  
Tirsdag kl. 14.00 - 15.00  
Første gang den 6. august  
**Kontakt:** Tonny Poulsen,  
tlf. 40 82 73 45

### Pen Bowl

Bowl'n-Fyn, Nyborgvej 4  
Tirsdag og torsdag kl. 10 - 11.  
Første gang hhv. første tirsdag  
og torsdag i september  
**Kontakt:** Ove Christiansen,  
tlf 20 62 07 19

### Svendborg Pensionistbowling

Bowl'n Fyn, Nyborgvej 4  
Fredag kl. 10.00 - 11.30  
Første gang den 6. september  
**Kontakt:** Lone Stenberg tlf. 20 72 87 766



## FORENINGER, DER HAR 60+ AFDELINGER

Nedenstående foreninger har 60 +  
afdelinger

### Oure Gudme Idrætsforening

Gymnastik  
Tirsdag kl. 9.00 - 11.30, inkl. kaffe i Gudmehallen  
Tirsdag kl. 18.00 - 19.00 på Stokkebæksskolen,  
afd. Gudme. Begge hold starter i uge 37  
**Kontakt:** Hanne Larsen, tlf. 20 11 34 50.

### Gudbjerg Idrætsforening

Senioridræt:  
Kontakt: Herdis Iversen, tlf. 28 25 14 37

### Tåsinge Håndboldklub

Håndbold for pensionister M/K.  
Første gang den 5. september  
Torsdag kl. 15.15 - 16.15  
**Kontakt:** Karl Egon Madsen, tlf. 62 22 57 80.

### Tåsinge Tennis og Padelklub

Mandag og torsdag kl. 9.30 - 11  
I vinterhalvåret er der også mulighed for at  
spille indendørs padel.  
**Kontakt:** Helmuth Nielsen, tlf. 20 66 51 75  
[www.ttpk.dk](http://www.ttpk.dk).

### Vester Skerninge Tennisklub

Man kan spille man-, ons-, eller fredag kl. 9 - 11.  
**Kontakt:** Michael Grube Andersen,  
tlf. 40 89 55 11, [www.vstennis.dk](http://www.vstennis.dk).



### Hesselager forenede Sportsklubber

**Motion for ældre,**  
**Hesselager Plejecenter/Salen**  
Stolegymnastik torsdag kl. 10 - 11.

**Stavgang fra Klubhuset**  
Hver onsdag kl. 9.30.

**Motionscykling fra Klubhuset**  
Tirsdage kl. 19  
**Kontakt:** Inge Marie Holmskov, tlf. 21 48 90 79  
Hjemmeside: [www.hesselager-fs.dk](http://www.hesselager-fs.dk)

**Krocket på Hesselager Stadion**  
**Kontakt:** Kirsten Andersen, tlf. 62 25 18 13

## Bridge intro - motion for hjernen

Tre timers GRATIS bridgeintroduktion med kaffe  
og kage. Få kort i hånden og bliv guidet i dine  
første bridge-spil.

**Søndag den 26. august kl. 13-16 eller torsdag  
den 29. august kl. 19-22 på Løvholmen 4. 1. sal**

**Kontakt:** Inge Lind sørensen,  
tlf. 40 43 33 67 eller find yderligere info på  
[www.bridge.dk/4578](http://www.bridge.dk/4578)

**NYT TILBUD**





## DANS

### Danseklub 89

Seniorhus Skallen,  
Møllergade 99  
Mandag 18.45 - 21.45  
Første gang den 2. september  
**Kontakt:** Birthe Christensen,  
telefon 24 27 35 24

### Danseklubben Enigheden

Seniorhus Skallen,  
Møllergade 99  
Onsdag kl. 18.30 - 22.00  
Første gang onsdag den 4. september  
**Kontakt:** Inge-Lise Rasmussen,  
telefon 30 59 39 45

### Danseklubben Flora

Multihuset, Gl. Skårupvej 3  
Onsdag kl. 18.30 - 21.30  
Første gang den 11. september og derefter  
hver anden uge i ulige uger.  
Kl. 18 spiser vi vores medbragte mad, og  
danser derefter til levende musik - der er  
kaffepause. Kom og dans med os, alene  
eller som par.  
**Kontakt:** Inge-Lise Andersen,  
telefon 28 83 47 62 eller mail: [ila49@mail.dk](mailto:ila49@mail.dk)

### Gudbjerg Folkedansere

Gudbjerg Skole, Byvej 11,  
5892 Gudbjerg  
Mandage 19.30 til 22.00  
Første gang den 23. september.  
**Kontakt:** Anne Sigurdardottir

## FODBOLD

### Svendborg forenede boldklubber 65+ fodbold

Onsdag og fredag kl. 10 - 11  
**Kontakt:** Bjarne Høj, tlf. 26 87 66 06

### Fodboldfitness for alle

Tirsdag kl. 16.45 - 18.00 på multibanen. Først lidt  
opvarmning og øvelser, og så masser af spil.  
**Kontakt:** Skriv dirkete på Facebook - søg  
"fodboldfitness for herrer", eller kontakt Sfb  
på tlf. 32 20 10 43

### Tved Boldklub

Old Boys 11 mands kamp en gang om ugen.  
Træning hver onsdag og søndag kl. 10.00  
**Kontakt:** Kent Bjørkman, tlf. 27 11 89 62

## NØRKEGRUPPER

### Røde Kors, Svendborg

Seniorhus Skallen, Møllergade 99, 1. sal.  
Torsdag kl. 9.30 - 11.30.  
Første gang den 11. januar 2024  
**Kontakt:** Anne Marie Jensen, telefon 51 16 72 94

### Røde Kors, Gudme

Landevejen 124, Oure. Tirsdag kl. 13 - 16.  
Første gang den 9. januar 2024  
**Kontakt:** Mai Britt Simonsen, telefon 21 73 07 29

### Folkekirkens Nødhjælp, Svendborg

Seniorhus Skallen, Møllergade 99.  
Tirsdag kl. 13.30 - 16.00.  
Første gang den 9. januar 2024  
Kom og vær med.  
**Kontakt:** Dorthe Jørgensen  
tlf. 21 68 98 75



## LÆSEKREDS

### Menighedshuset Sct. Nicolai Kirkestræde 3

Sct. Nicolai Læsekreds mødes  
mødes hver tirsdag kl. 14 - 16.  
Første gang 13. august.  
Der er oplæsning af romaner  
**Kontakt:** Birgit Tjalve  
telefon 61 86 34 83.



## KUNSTGRUPPEN:

### Færggården. Fra september til maj Mandage kl. 9.00 til 12.30.



Vi maler sammen. Der er ikke  
undervisning, men vi inspirerer  
og hjælper hinanden.  
**Kontakt:** Anne Pedersen  
telefon 29 82 80 48.

## SINGLE- OG VENSKABSKLUB

Vi mødes på Færggården hver den 3. fredag i  
måneden til fællesspisning. Derudover har vi  
1 - 2 arrangementer hver måned, det kan f.eks.  
være museumsbesøg, gåture og kulturelle  
oplevelser. Vi er alle 60+ årige  
**Kontakt:** Bente Rasmussen, mobil 26 62 15 94  
Mail: [bentestennmann@yahoo.dk](mailto:bentestennmann@yahoo.dk)

# Seniorbio i Scala

- oktober til december 2024

Kultur – og Fritidsafdelingen tilbyder i et samarbejde med Scala særforestillinger for efterlønnere, førtids- og folkepensionister. Vi kalder det Seniorbio.

Du kan hente omtale af filmene på biblioteket og du kan finde dem på Svendborg Kommunes hjemmeside.

8. oktober:  
Rom

22. oktober:  
Faldne  
blade

5. november:  
Bedre  
tider

19. november:  
Til verdens  
ende

3. december:  
Wicked Little  
Letters

Fra oktober til december 2024 viser vi film  
tirsdag eftermiddag kl. 13

– se filmstrimmel for datoer og film

En filmpakke med 5 film koster 250 kr.

Under forudsætning af, at der er ledige pladser, sælges der enkeltbilletter umiddelbart før hver forestilling. Pris 75 kr.

Vi har igen sammensat en buket af meget forskellige film, som dog har det til fælles, at de gemmer på overraskelser. Lad dig ikke snyde af, at du måske ikke kender titlen.

**Billetsalg (filmpakken) foregår i Scala:**

**Tirsdag den 1. oktober**

**Der betales kontant.**

Kl. 12.45 - 13.00: Dørene åbnes og alle får et nummerlod (1 stk. pr. husstand).

Hvert lod giver ret til køb af 5 filmpakker.

Kl. 13.00: Billetsalget starter. Lodtrækning afgør hvilke numre, der ekspederes.

Hvis du er dårligt gående, bruger kørestol eller har brug for særlige hensyn i biografen, kan du inden billetsalget starter, forhåndsreservere billetter ved henvendelse til **Birthe Bergmann, tlf. 24 88 63 31** eller på mail [birthe.bergmann@svendborg.dk](mailto:birthe.bergmann@svendborg.dk)

## TILBUD I SENIORHUS SKALLEN, MØLLERGADE 99, SVENDBORG

### Billard

Torsdage kl. 9.00 - 12.30

Første gang den 3. aug.

**Kontakt:** Pia Petersen. tlf. 60 34 50 08.

### Bogbinding, Svendborg

Fredage kl. 10.00 - 12.00

Første gang fredag den 27. sept.

**Kontakt:** Niels B. Termansen, telefon 62 22 15 16

### Danske Slægtsforskere Sydfyn

Torsdage, som regel i lige uger

[www.slaegt.dk/sydfyn/](http://www.slaegt.dk/sydfyn/).

Første gang 5. sept.

**Kontakt:** Hanne Nielsen, telefon 23 25 78 34 eller mail [dssydfyn@gmail.com](mailto:dssydfyn@gmail.com).

### Hyggebridge, Ældre Sagen

Fredage kl. 10.00 - 13.00.

Første gang den 6. sept.

**Kontakt:** Hanne og Henning Borup, tlf. 62 23 14 47.

### Knipling, Ældre Sagen

Torsdage kl. 13.00 - 16.00.

Første gang den 5. Sept.

**Kontakt:** Astrid Hansen - tlf. 51 29 07 21.

### L'hombre, Ældre Sagen

Mandage kl. 13.00 - 17.00

Første gange den 2. sept.

**Kontakt:** Keld Jensen, telefon 29 25 48 50

### Håndarbejde

Tirsdage kl. 9.00 - 12.00.

Første gang den 20. aug.

**Kontakt:** Anna-Lise Harndahl, telefon 27 90 78 24

### Porcelænsmalere

Fredage kl. 12.00 - 16.00.

Første gange den 6. sept.

**Kontakt:** Merete Christensen, telefon 28 89 55 60

### Senior Qigong

Tirsdag kl. 9.00 - 9.55

Første gang tirsdag den 8. okt.

**Kontakt:** Margit Lolik, tlf. 30 54 13 73.

### Sy Fyns Quiltelaug

Tirsdag i lige uger fra kl. 19.00 - ca. 22.00.

Første gang den 20. aug.

**Kontakt:** Birthe Sander helst på mail

[SyFynQuiltelaug@gmail.com](mailto:SyFynQuiltelaug@gmail.com), mobil 21 43 55 13

### Tåsinge L'hombre Klub

Mandag kl. 18.30 - 22.30.

Første gang den 2. sept.

**Kontakt:** Hans Skov Mortensen, telefon 24 21 84 29

Lær kortspillet L'hombre.

**Kontakt:** Keld Johansen, tlf. 24 20 54 33

### Ældresagen IT

Første tirsdag i måneden kl. 13 - 15.

Første gang den 6. aug.

**Kontakt:** Erling Schøn Nielsen, tlf. 22 51 36 92



## Aktivitetsbuse i Svendborg Kommune



### Strammelse Brugerlaug

Madsegyden 29, Tåsinge Tlf. 22 55 48 33.  
Huset er åbent for medlemmer hver dag.  
Der er mulighed for at benytte træ- og keramik værkstederne, og arbejde sammen med andre medlemmer.

Det kan være ved restaurering af møbler, keramik, strik eller syning og hvad der kommer af ønsker.  
Der er ikke undervisning, men vi hjælper hinanden.  
Har du en god ide, så kontakt os.

Materialer er din egen udgift. Du kan også være med til at spille billard, petanque eller kort.

Sang sidste fredag i måneden - se i program..

[www.strammelse-brugerlaug.dk](http://www.strammelse-brugerlaug.dk)

E-mail: [formand@strammelse-brugerlaug.dk](mailto:formand@strammelse-brugerlaug.dk)



### Seniorværkstederne i Svendborg

Ndr. Ringvej 18, Svendborg. Tlf. 62 22 95 69.  
Seniorværkstederne er åbne mandag - fredag kl. 9-13. Flere aktiviteter til kl. 16.

Aktiviteterne i de mange værksteder spænder vidt, og er i stadig udvikling - bliv inspireret på vores hjemmeside. I værkstederne er man velkommen til at fremstille eller reparere ting til eget brug.  
Kom forbi og få en uforpligtende rundvisning.

**Åben Hus lørdag den 7. september kl. 10-14.**

[www.senior-vst.dk](http://www.senior-vst.dk)

E-mail: [kontoret@senior-vst.dk](mailto:kontoret@senior-vst.dk)



### Svendborg Seniorakademi

Ørkildsgade 21, Svendborg, Tlf. 30 69 37 67.

Her er et stort udbud af undervisning, foredrag, studie- og debatgrupper, om mange forskellige emner som f.eks. IT, kunst, kultur, filosofi, musik og naturvidenskab.

Kursusprogram findes på hjemmesiden. Hvis du har emner, du gerne vil undervise i eller viden, du gerne vil dele, hører vi gerne fra dig.

**Åbent Hus den 23. august kl. 10.14, hvor man kan møde nogle af grupperne og få indtryk i, hvad der arbejdes med.**

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

E-mail: [kontor@seniorakademiet.dk](mailto:kontor@seniorakademiet.dk)



### Seniorhus Skallen

Møllergade 99, Svendborg. Tlf. 21 72 77 13

Seniorhus Skallen er et handicapvenligt kommunalt aktivitetsbuse for seniorer og førtidspensionister. Huset kan bruges af foreninger, klubber og grupper i målgruppen. Der foregår mange aktiviteter fra møder, foredrag, håndarbejder til billard og dans.

For nærmere oplysninger ring eller kig ind på kontoret tirsdag og onsdag kl. 10-11, samt torsdag kl. 12-13

[www.skallen-svendborg.dk](http://www.skallen-svendborg.dk)

E-mail: [skallen@nypost.dk](mailto:skallen@nypost.dk)

# Pensionistforeninger, klubber og grupper

## Brudager Ældreklub

Hver anden torsdag med start sidste torsdag i sept. kl. 14 - 16 med start sidste torsdag i september  
Lysbilleder, foredrag, sang og musik, spillegilde, to udflugter.

**Kontakt:** Finn Jensen, tlf. 21 43 11 44

## Kirkeby Ældreklub

Kirkeby Menighedshus, v. Kirkeby Kirke.

Torsdage kl. 14 - 16.

Foredrag/film, socialt samvær, fællesspisning, udflugter

**Kontakt:** Jette Kølleskov - tlf. 21 47 50 19

Mail: jmkolleskov@gmail.com

## Klub 13, Dansk Blindesamfund, Svendborg

Seniorhus Skallen, Møllergade 99

Anden tirsdag i hver måned august – maj  
kl. 13.45 - 16.00

**Kontakt:** Carsten Dan Jacobsen – tlf. 22 57 92 25

## Sydøstfyns Pensionistforening

Fokus på glæde og samvær i form af udflugter og arrangementer.

**Kontakt:** Poul Madsen - tlf. 40 34 46 96

Mail: poul.madsen.1954@gmail.com

Udflugterne er i Danmark og med besøg og rundvisning på seværdigheder. Arrangementerne er vinterfest, generalforsamling, sommer grilleftermiddag osv., indkøbstur til Tyskland og julestue med julemusik, fællessang og julehistorier.

**Kontakt:** Hedvig Dahl - tlf. 30 22 97 41. (Kasserer)

Mail: dahlhedvig@gmail.com

## Skårup Pensionistforening

Pensionisternes Hus, Skårup Stationsvej 10

Hver mandag kl. 14 - 16: Der spilles kort og andre spil og snakkes. Mød bare op, der er plads til flere.

Hver tirsdag kl. 13.30 - 16.00: Nørkle eftermiddag.

Onsdag i lige uger: Socialt- og kulturelt samvær, foredrag, sang og musik, lysbilleder, udflugter.

**Kontakt:** Ingelise Petersen - tlf. 24 25 25 16.

Mail: ingelise49@live.dk

## Stenstrup/Lunde/Kirkeby Seniorer

Stenstrup Forsamlingshus.

Hygge, udflugt, foredrag, sang og musik

**Kontakt:** Hartvig Findorf - tlf. 21 21 38 29

Mail: h.findorf@gmail.com

## Svendborg Pensionistforening

Seniorhus Skallen, Møllergade 99 Svendborg.

Onsdag kl. 9.00 - 14.30. Foredrag, frit samvær, fællesspisninger, pakkefest, sang og musik.

**Kontakt:** Grethe Sørensen - tlf. 27 57 10 94.

Mail: grethehs@webspeed.dk

## Sydfyns Seniorklub

Skårup Kultur og Idrætscenter, Åbyvejen 43, Skårup

En gang månedligt (rullende dage) kl. 14 i

vintermånederne. Foredrag, musikunderholdning/-oplevelser, udflugter.

**Kontakt:** Connie Jorsal – mobil 71 78 73 92.

Mail: vaconjor@gmail.com

## Tingmarken Beboerforening, Landet

Fælleshuset hver den 3. onsdag i måneden til sociale aktiviteter. Hver tirsdag og onsdag eftermiddag spilles petanque.

**Kontakt:** Lone Oldelund Pedersen - tlf. 22 25 27 87

Mail: loneoldelund@sydfynsmail.dk

## Thorsengklubben

Tåsinge Forsamlingshus,

Elvira Madigans Vej 41, Landet.

Vi er en hyggelig og dynamisk pensionistforening med mange forskellige aktiviteter - banko- udflugter- fællesspisning og foredrag.

Yderligere oplysninger og program:

**Kontakt:** Lis Andersen - tlf. 51 35 50 69.

Mail: lis.jorgen@troensemail.dkk

## Tved Ældreklub

Tved Forsamlingshus.

Tid: se program i udhængsskab ved Spar købmand,

Tved. Underholdning, foredrag, sang, årstidsfester,

udflugt, hyggeligt samvær

**Kontakt:** Inge Schaffrat - tlf. 28 14 87 85

Mail: ingeschaffrath2202@hotmail.com

***Som førtidspensionist kan du benytte de samme tilbud som andre pensionister.***

## GLEMTE VI DIN FORENING?

Så kontakt Birthe Bergmann  
på tlf. 24 88 63 31



## DE HANDICAPPEDES IDRÆTSFORENING FOR SVENDBORG OG OMEGN

Foreningen har mange gode tilbud for handicappede i alle aldre. Alle tilbud kræver medlemskab af De handicappedes Idrætsforening - det koster 230 kr. pr. halvår. Se desuden under hver aktivitet om der er yderligere pris. Kontakt, formand Ida Schnidler Wengel Fischer, tlf. 21 64 87 36

### Foreningen tilbyder

#### **Svømning hver tirsdag i Svendborg Svømmeland, Ryttervej 70**

Det kolde vand fra kl. 16.30 - 18.30.

Det varme vand fra kl. 17.30 - 18.30

**Kontakt:** Svømning: Lene Nielsen, tlf. 27 85 23 43

#### **Bowling hver onsdag Bowl'n Fun på Nyborgvej 4, Svendborg**

Kl. 16.30 - 18. For at være med til bowling skal du være selvhjulpne, eller have en hjælper med.

Det koster 250 kr. pr. kvartal at bowle.

**Kontakt:** Bowling: Ulla Pihl tlf. 61 36 08 27

Anita Rasmussen, tlf. 22 46 52 58

#### **Sejlads i samarbejde med Thurø Sejlklub, Gambøtvej 25**

Onsdage i sommerhalvåret med frivillige hjælpere, kl. 14.00 - 18.00. Det koster et medlemskab af Thurø Sejlklub på 700 kr.

**Kontakt:** Erling Justesen tlf. 42 13 19 788

#### **Bevægelseslære i Svendborg Idrætscenter, Ryttervej 70**

For dig, der ikke kan begå dig på et almindeligt bevægelsehold. Vi træner på små hold.

Mandag 11.30 - 13.45 Parkinsonramte

Mandag 13.45 - 16.00 Fysisk Handicappede

Torsdag 11.00 - 13.15 Gigtramte

Torsdag 13.15 - 15.30 Fysisk Handicappede

Der er mulighed for kørselsordning med egenbetaling på 42 kr. pr. gang

**Kontakt:** Bibiana Gade 50 57 45 22

## Ældre Sagen

Ældre Sagen er en medlemsstyret almennyttig og social-humanitær forening.

I lokalafdelingen tilbyder en række frivillige, der har tavshedspligt, gratis hjælp. Man behøver ikke at være medlem af Ældre Sagen for at få hjælp.

### Ældre Sagen Egebjerg:

**Formand** - Egon Sohnesen - tlf. 61 19 30 55  
mail: [egon@sohnesen.dk](mailto:egon@sohnesen.dk)

**Besøgsven** - Ingeborg Alslev, tlf. 30 27 12 83,  
og Karen Strandhave, tlf. 29 47 96 10.

**Bisidder** - Kathrine Stensgaard, tlf. 20 32 03 15.

**Tryghedsopkald** - Anny Aagaard, tlf. 22 55 48 48.

**PC-hjælp** - Svend Sejersén - tlf. 23 60 02 07 efter kl. 18.

**Søndagscafé** - afholdes to gange om foråret og to gange om efteråret med fællesspisning, kaffe og underholdning. - Der er deltagerbetaling.

**Læsekreds** - 1. torsdag i sept. - maj kl. 14 - 16.  
Ollerup Plejecenter.

Kontaktperson:

Gerda Stensgaard Hansen, tlf. 51 26 82 63.

**Nyhedsbrev** - Tilmeld dig vores nyhedsbrev på hjemmesiden: [Aeldresagen.dk/egebjerg](http://Aeldresagen.dk/egebjerg)  
[www.aeldresagen.dk/Egebjerg](http://www.aeldresagen.dk/Egebjerg).

Tilmelding til arrangementer er nødvendig, og kan ske online, telefonisk eller ved personlig henvendelse

### Har du lyst til at være frivillig?

Som frivillig i Ældre Sagen bliver du en del af et netværk med andre frivillige. Du bestemmer selv, hvilke opgaver du vil påtage dig, og hvor mange timer du vil bruge.

### Ældre Sagen Svendborg – Gudme:

Teatergade 3, Tlf. 62 80 08 18

Kontortid tirsdag & torsdag kl. 10.00 - 11.00

**Formand** - Allan Frederiksen, tlf. 53 64 92 90

**Besøgsven** - Finn Frost, tlf. 51 92 99 07

**Bisidder** - Astrid Hansen, tlf. 51 29 07 21.

**Tryghedsopkald** - Anny Aagaard, tlf. 22 55 48 48.

**PC-hjælp** - Erling Schøn Nielsen, tlf. 22 51 36 92

**Nyhedsbrev** - Tilmeld dig vores lokale nyhedsbrev på hjemmesiden.

#### **Søndagscafé Forglemmigej**

Caféen er for alle med hukommelsessvigt, ensomhedsfølelse eller har et lettere handicap.

Kontaktperson:

Tove Holm, tlf. 26 54 60 29

Bente Andersen, tlf. 40 82 66 00

[www.aeldresagen.dk/svendborg-gudme](http://www.aeldresagen.dk/svendborg-gudme).

# Så ta'r vi cyklerne frem



En tur ad små veje, landevejscykling eller en skovtur på mountainbike - alle ture foregår sammen med andre på de mange hold, som Svendborg Senior Idræt arrangerer.

*Tekst af Inger Hager  
Foto Deltagere på holdene*

- At cykle sammen med andre kan både være hyggeligt og en god måde at få motion på. Det kan være landevejscykling eller en tur ad mindre veje gennem de smukke sydfynske landskaber. Andre kan godt lide udfordringen med at cykle ad snoede skovveje og knudrede stier, der foregår på mountainbikes – såkaldte MTB-cykler.
- Vi har mange forskellige cykelhold, man kan vælge imellem, oplyser Niels Damgaard Eriksen, Svendborg Senior Idræt, der har med disse cykelhold at gøre.



*Så er der ved at være klar til afgang.*



*Der cykles på landevej eller som her på en smal sti.*

## Fra løb til cykling

Han har selv dyrket motionsløb i mange år.

- Men min akillessene sprang, og så var det for hårdt at løbe. Så hellere finde på noget andet, og derfor begyndte jeg at cykle i stedet for, fortæller Niels Damgaard, 69 år, der blandt andet cykler på et MTB-hold.

Netop dette MTB-hold tager på en tre dages tur én gang om året.

- Vi har cyklet på Ærø og i det sydsjællandske landskab. Og nu har vi planer om at cykle på Gendarmstien i Sønderjylland i tre dage, både nord og syd for grænsen, fortæller Niels Damgaard.

## Samvær og hyggepauser

Der er syv forskellige hold at vælge imellem. Selv om der bliver cyklet i forskellige afstande og på forskellige cykler, har hold og cykelryttere én ting til fælles.

- Det handler om at cykle sammen med andre. Samværet og hyggepauser undervejs er lige så vigtigt som den motion og friske luft, vi får undervejs, fastslår Niels Damgaard.

Der er nogle seje folk, der cykler mellem 35 og 50 kilometer og endda på almindelige cykler.

- Der er også hold, hvor der både bliver cyklet på almindelige cykler og på elcykler. Og vores hold er både for kvinder og mænd, understreger Niels Damgaard.





*En hyggelig pause tæt ved kysten.*



*Gruppen klar til et af de bedste MTB-spor, Skovhuggeren.*



*Det går rask af sted på el-cykel.*



*MTB'erne i gang med at træne.*

Selv om der overvejende bliver cyklet i de sydfynske landskaber, er der et enkelt hold, der cykler på Tåsinge.

- Der var interesse for at cykle sammen med andre, så Svendborg Senior Idræt oprettede et hold, der mødes ved Lundby Kiosken, fortæller Niels Damgaard.

## Svendborg Senior Idræt

Svendborg Senior Idræt har et væld af forskellige tilbud til forskellige interesser og aktivitetsniveau, ude og inde, pop up hold, samt almindelige sæsonhold. Lige nu ønsker SVSI at inspirere til aktivitet og samvær i naturen, som vi har så meget af i hele Svendborg Kommune. I Svendborg Senior Idræt er der mange muligheder for aktiviteter i naturen – de her nævnte

Det er gratis at deltage på alle cykelhold, når man i forvejen er medlem af foreningen Svendborg Senior Idræt. Flere oplysninger om de forskellige cykelhold og tilmelding, se på foreningens hjemmeside [svsi.dk](http://svsi.dk) eller kontakt kontoret, mandag til torsdag kl. 10-12 på tlf. 22 92 57 00.

cykelture, men også gåture, mænd i naturen, naturmotion, samt spil, f.eks. krolf, golf eller padeltennis.

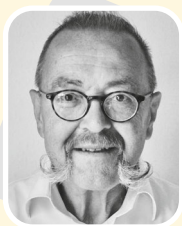
Du kan læse mere om alle tilbuddene i kataloget her midt i Impulser eller på [www.svis.dk](http://www.svis.dk), hvor du kan finde yderligere informationer om alle aktiviteterne. **Du kan også ringe på 22 92 57 00 mandag til torsdag kl. 10-12**





# Her leves det gode pensionistliv

*40 seniorforeninger trives godt i fællesskab i "Skallen". Her hækles, bogbindes, slægtsforskes, spilles kort, holdes foredrag, patchworkes, strikkes, synges og spilles billard og meget mere. Men der er også plads til at drøfte hinandens oplevelser indbyrdes. Stemningen i huset udvikler helt naturligt livskvalitet og forbundenhed for 60+ segmentet.*



*Tekst og foto af Pelle Christiansen.*

Hvad er "Skallen" for et sted? Det er et kommunalejet aktivitetshus, der står til rådighed for pensionister, førtidspensionister med flere. Og det er gratis at bruge "Skallen".

Stedet styres af et brugerråd med Bjørn Giessing som formand og Grethe Sørensen som næstformand. Kasserer Bendt Eriksen.

En helt almindelig onsdag blev jeg budt indenfor til kaffe og rundstykker og Eva's hjemmelavede brombærmarmelade. Så var scenen sat som udgangspunkt for en god samtale. Næstformand Grethe Sørensen og andre fra brugerrådet fortalte lidt om "Skallen". De kunne lige nå det inden de skulle i gang med kortspil i salen.



*Nederst fra venstre Sonja og Karen, og øverst Ejvind og næstformand Grethe.*



Grethe: Vi har et godt hus, fyldt med gode tilbud til seniorer. Bestyrelsesmedlem Sonja supplerer: Her er alt, hvad vi skal bruge for at få et aktivitets-hus til at fungere!

95-årige Karen har været bruger af huset i 22 år. Hun fortæller, at dengang i 2002 var der meget færre forskellige hold, men til gengæld var der mange flere personer på holdene. Det er omvendt i dag.

Alderspræsidenten denne onsdag var dog 99-årige Grethe, der var i gang med at spille Rommy. Et spil om 25-ører. – Jeg kan blive helt ophidset, hvis jeg taber en hel krone i et spil, tilføjer hun.

### Her synges!

Hver mandag fyldes den store sal med sangglade seniorer. Det kan samle 80-90 deltagere! Vi har det bare så godt sammen, når vi synger.

Allan sørger for, at sangteksterne rulles op på storskærmen, så der spares på at trykke sangblade. Sang er en af husets helt store aktiviteter.

### Her danses!

Danseklubben "Enigheden" hører til den gode gamle Svendborghistorie. Startet af den legendariske "Fisker Marie – Marie Olsen fra Sørup. Vistnok i 1960'erne. Der danses stadig i 2024, sågar til levende musik. Brugerrådsmedlem Sonja har danset i "Enigheden" siden hun var 55 år. Man spørger jo ikke om en kvindes alder, men det er vist et tocifret antal år siden, hun startede i danseklubben.

### Mange andre fritidsaktiviteter

Næstformand Grethe Sørensen fortæller om andre aktiviteter i huset. Hele to flittige nørklegrupper mødes henholdsvis tirsdag og torsdag. De kommer og strikker og leverer nødhjælp til fremmede lande.

Kortspillerne har også en aktivitet, som fylder helt godt, for eksempel Rommy og l'hombre.

Ejvind: Kortspil er en god aktivitet, som holder hjernen i gang!

Grethe har sit kontor på 1. sal. Herfra har hun bl.a. til opgave at styre lokalereservationer og datoer. Alt kører stille og roligt.

En anonym bruger har udtalt: - Når jeg har gået nok derhjemme og snakket med mig selv, så trænger jeg til at aflægge "Skallen" et besøg.

"Skallen's" historie knytter sig til det gamle ægpakkeri.

I gamle dage havde Dansk Andels Ægexport Svendborg domicil i bygningen. Det har mundet



*Gammel æggekasse fungerer i dag som diverse-kasse.*

ud i, at "Skallen"s lokaler i dag har relaterede navne hertil. På 1. sal hedder rummene "Ægget", "Hviden" og "Blommen". Den store sal hedder "Hønen" med plads til 100 gæster. Kælderen er også med på stilen: "Redekassen".

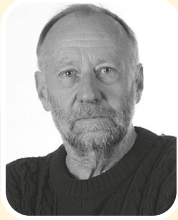
Nu vi er ved historien, så startede "Skallen" sine aktiviteter i foråret 1992. Med bl.a. den daværende borgmester Holger Rasmussen (S) - (1933-1999) som igangsætter.

### ET FANTASTISK HUS!



*Kortspillere mødes og glad stemning opstår: 99-årige Grethe og 95-årige Karen.*

# Charlotte fik fast job gennem Senior Erhverv Sydfyn



Tekst og foto af Tage Østbjerg

Igennem 10 år var Charlotte Petersen, Svendborg, ledig i få korte perioder mellem forskellige arbejdspladser. Hun har i hele perioden været tilknyttet Senior Erhverv Sydfyn. Medlemskabet af det netværk gjorde, at hun nu sidder i et godt fast job.

- Livet er godt, og jeg kan selv vælge, hvad jeg vil i dag. Jeg er 67 år og kunne i princippet sagtens være gået på pension, men jeg synes, det er godt at have noget at stå op til hver dag. Det holder mig i gang, og jeg elsker mit job, udtaler Charlotte Petersen, som er Customer Care Coordinator på Leica Geosystems i Odense.

## Sprittfabrikken ændrede livssituation

Charlotte var i mange år en glad ansat på Sprittfabrikken i Svendborg indtil den i 2014 blev flyttet til Finland, hvilket resulterede i en massefiring af alle medarbejdere. Mange af de fyrede blev blanke i øjnene – havde været ansat i adskillige år på en tryk og god arbejdsplads. De havde aldrig forestillet sig at komme i en sådan situation.

Er du senior, kan det være svært at få job, men så kan det være en god idé at melde dig ind i Senior Erhverv-netværket. Her møder du ligestillede og har mulighed for at udveksle erfaringer, besøge virksomheder eller uddannelsesinstitutioner og ad den vej få kontakt til erhvervslivet og eventuelt et job, som lige passer til dig.

## Specifik kompetence resulterede i jobbet

Igennem Senior Erhverv-netværket fik Charlotte nys om, at firmaet Leica Geosystems hen over sommeren var i akut bekneb for en medarbejder. Hun satte sig ned, skrev en ansøgning og fik en tre måneders ansættelse. Efter to måneder i jobbet blev hun tilbudt en fastansættelse, og nu sidder hun glad for sin dagligdag i et godt fuldtidsjob med gode kolleger på tredje år.

- Det gode ved at være med i fællesskabet Senior



Det er forfærdeligt at være arbejdsløs, synes Charlotte Petersen, så hun er glad for sit job hos Leica Geosystems i Odense.

Erhverv er, at du får mulighed for at udforske mulighederne i en sårbar situation, og at det er hjælp til selvhjælp. Det har givet mig et job, hvor jeg trives med mine opgaver og mine kolleger, og det holder mig i gang. Så jeg fortsætter så længe, jeg synes, det er sjovt, slutter Charlotte.

## SeniorErhverv Svendborg

Senior Erhverv Sydfyn er et frivilligt nonprofit netværk, der hjælper ledige over 50 år i job, gennem hjælp til selvhjælp.

**Onsdag den 21. august kl. 10 til 14** afholder Senior Erhverv Sydfyn Jobmarked ved et Åbent husarrangement i Rundbuehallen på Frederikssøen. Alle 50+ere er velkomne i netværket, og lige nu har netværket 2 medlemmer over 80 år! Der er gratis adgang, og alle er velkomne til at komme og høre om Senior Erhverv og blandt andet møde arbejdsgivere, der mangler arbejdskraft. Se hele programmet på

[www.seniorerhverv.org/sydfyn](http://www.seniorerhverv.org/sydfyn)

**KOM TIL  
JOBMARKED**



# Kan man gå til træ?

... ja - man kan da gå til alt muligt !



Tekst og foto af Klaus Grønbech

Alle seniorværkstederne har åbent på hverdage, og medmindre du er tilmeldt en holdaktivitet møder du bare op og går i gang. Der er masser af inspiration, vejledning og hjælp at hente.

Der repareres eller skabes nyt fra bunden - møbler - som måske også bliver ompolstret, og mange andre ting til hjemmet, lige fra redekasser, foderbræt, brødforme, mistbænke, vinduer og døre osv.

Hobby og håndværk, hvor der bruges både hoved, hænder og måske flere af de mange maskiner.



Spørgsmål fra et medlem: *Kan vi lave en stjerneformet juletræs fod?* Det giver en del hovedbrud. Den skulle tegnes op i 1:1, hvilke snit skulle udføres først. Hvilke snitskabeloner, og hvordan samles og limes så mange emner på engang? Udført af Allan Rasmussen



Foto: Jens Paaby



*Cigarboksguitar af kasse fra Honduras. Længdestolpen i fyrilister. Tværbånd på gribebrædt filet til i krom nikkel. Hum-bucker mikrofon. Strainer i resonanshullet. Der er volumen og toneknop samt jackstik udgang til forstærker. Udført af Jens Paaby*



*"Hellige Sankt Antonius Bur". Udført af Robinson Pius fra den tamilske menighed i den Katolske Kirke*



*40 cm gulvvase af terrassebrædder i drejebænken. Udført af Erik Vogn. Her sammen med Jan G. Hansen*



*Rugbrødsforme i bøgetræ. Udført af Henning Skov. Det daglige surdejsbrød bages og spises nu mest af Klaus Grønbech*

# Kunst & Kaffe - træning af kreativiteten og motion for fantasien

Det er 3. sæson, at den kreative workshop Kunst & Kaffe er åben for, at du kan komme på værkstedet og fortælle historier med hænderne i natur- og genbrugsmaterialer og samtidig træne kreativiteten og motionere fantasien.



Workshoppen foregår på Frederikshavn hos billedhugger Bente Hovendal og arkitekt MAA Hanne Raunsmed.

Første mandag i måneden, fra kl. 11-16 kan du slippe kreativiteten og hænderne løs og bygge en skulptur i alverdens forskellige materialer. Det koster kun 125 kr. til dækning af materialer og kaffe.

Der er et nyt tema hver måned, som ofte er forbundet med personlige oplevelser og årstidens særpræg. Mest af alt handler workshoppen om at fordybe sig i sine egne historier med de materialer, der er særlig inspirerende og samtidig bruge sig selv i inspirerende rammer. Du bliver samtidig en del af et godt, trygt og stærkt fællesskab. Efter morgenkaffe og velkomstsnak, arbejder vi i nogle timer i stilhed. Uden snak og støj kan tanker og hænder få plads og ro til at udfolde sig. Vi holder fælles, hyggelig frokost, og arbejder så et par timer til, inden vi runder af med fælles refleksion og en lille fernisering, hvor de fortryllende skulpturer og fortællinger deles blandt deltagerne. På værkstedet gælder i øvrigt, at det du gør, gør du godt, også selvom kreativiteten måske er rustet lidt efter at have været

pakket ned eller helt væk i mange år. Jeg tilbyder inspiration og hjælp til materialer og maskiner ad libitum, så du skal bare have lysten til at lege, bygge og skabe, så sørger vi for resten, fortæller Bente Hovendal.

'Kaffen, kunsten og samværet er altid godt til Kunst & Kaffe. Jeg har hver måned i 1,5 år været med på værkstedet og der fundet ud af, hvor vigtigt det kreative arbejde er for både min kreativitet og velbefindende. Hver gang oplever jeg, at jeg får lyst at udtrykke og bygge, hvad der fylder i livet og afspejler mig lige nu. Jeg eksperimenterer, leger og lærer i inspirerende, støttende rammer og i stilhed. Det er virkelig skønt! Jeg har taget mange sjove, finurlige og uforglemmelige "kunstværker" og øjeblikke med mig hjem fra værkstedet', fortæller Silja, der deltager i Kunst & Kaffe.

**Tilmelding** til Kunst & Kaffe kan ske via AOF eller [www.bentehovendal.dk](http://www.bentehovendal.dk) hvor du også kan læse mere.

Kunst & Kaffe er for alle, der gerne vil træne kreativiteten, motionere fantasien og have nogle uforglemmelige timer i et godt fællesskab.





**Svendborg Seniorakademi har mange spændende medlemmer. Et godt eksempel er Henning Sundwell.**

## Jeg var på en indre sjælerejse til Japan



*Tekst og foto:  
Palle  
Christiansen.*

Nogle livsdrømme er mere vedholdende end andre. Henning Sundwell har selv båret på en drøm siden skoletiden: At opleve det eksotiske Japans kultur, natur og religion. Sidste år lykkedes det for Henning at få indfriet sin livslange drøm. På en 1234 kilometer lang alene-vandring til fods på den japanske ø Shikoku, kom han helt tæt på Japan. An-

giveligt i sin sanselige søgen efter Nirvana. Turen havde Henning timet og tilrettelagt hjemmefra, så det omfattede besøg i 88 buddhistiske templer. Og tidsplanen holdt vist i det store og hele! 50 dage varede hans livs odysse

Henning Sundwell: Om jeg fandt mig selv på rejsen? Nej, det gjorde jeg ikke, men det er helt sikkert, at jeg har forandret mig som menneske for altid. Japan er så ekstremt fyldt med sanseindtryk og fremmede kulturer, at man næsten ikke kan rumme det.

Undtagelsesvist og sjældent kan du opleve den garderhøje Henning i Svendborg gående klædt i sit japanske udstyr. Et japansk hvidt lændeklæde med inskriptioner, sin pilgrimsstok med indbygget



*O'Henro San alias Henning Sundwell spreder glæde og godt humør omkring sig!*

paraply, og monteret med bjælder (i Japan for at jage slangerne væk). På håndleddene bærer han symbolske japanske armbånd. På hovedet har han nu i mere end 30 år gået med sin bulede læderhat. Henning har fået kælenavnet "Buller" af sin hustru, fru Lis. Henning er altid i godt humør og fyldt med overskud til at opleve nye og spændende ting. Alle andre i Svendborg Seniorakademi er i slægt med ham på dette felt.

**Formand Birgit Munk Hansen har ordet...**

## Der er mange tilbud til den aktive senior i Svendborg kommune

Er du en af dem, der ønsker at bevare lysten til at lære nyt, dele viden med andre, være nysgerrig?

Den mulighed er i høj grad til stede i Svendborg Seniorakademi.

Det er stedet, hvor vi motionerer de små grå og gør det i fællesskab med andre. Mød os i Føtex Møllergade i forhallen, fredag den 16. august 2024, eller til vores **åbne hus i Ørkildsgade 21, fredag den 23. august 2024**

Vi ses. Birgit Munk Hansen, formand



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

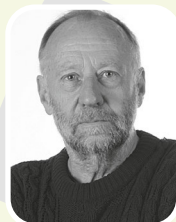
SE NÆRMERE PÅ VORES HJEMMESIDE:  
[www.seniorakademiet.dk](http://www.seniorakademiet.dk)



På opslagstavlen, lige ved indgangsdøren til biblioteket, kan du orientere dig om alle bibliotekets mange tilbud.

# Brug dit bibliotek

## – en guldgrube af vitaminer til hjernen



Tekst og foto: Tage Østbjerg

På Svendborg Bibliotek kan du blive klog på mange ting. Der er tilbud til alle, der er interesserede og nysgerrige på, hvad der sker i bogens univers og i verden omkring os. Intet emne er for stort og intet for småt.

Biblioteket er omdrejningspunkt for en masse ting, som kan være med til at give gode oplevelser, dyrke fællesskaber og give nyttige vitaminer til krop og sjæl. Er du senior og arbejdsfri, så har du ekstra muligheder, da der også foregår mange ting i dagtimerne.

Bibliotekar Tina Mortensen og kommunikationskoordinator Nanna Ask har sat sig på bænken i bibliotekshaven og fortæller entusiastisk om alt det, der kan opleves med biblioteket.

### Fælleslæsning og læseklubber er populært

Der er mulighed for at deltage i højtælæringsarrangementer på biblioteket. Dels læses der op en halv time hver onsdag formiddag, og dels arrangeres der guidet fælleslæsning for mindre grupper af tilmeldte. Teksten kan være alt muligt. En kort novelle, en artikel, et uddrag af en roman eller noget poesi. Det er som regel bibliotekaren, der vælger en tekst, som oftest giver anledning til snak bagefter – ikke kun analyse, men også sansninger af teksten, alt efter om du læser med hjerte eller hjerne. Du behøver ikke have læst

noget på forhånd, men kan bare møde op og nyde fællesskabet omkring læsningen.

Læseklubberne er en gruppe på fem til ti personer, der går sammen om at læse en bog. Efter læsningen bliver bogens indhold diskuteret og endevendt af klubbens medlemmer. Her behøver du ikke være professor for at deltage, og det er helt legalt at komme med sine egne oplevelser, meninger og holdninger til teksten.

Ofte er det bibliotekaren som anbefaler en bog til læsning og samarbejdet med alle landets biblioteker gør, at der kan skaffes et helt sæt bøger til læseklubbens medlemmer.

Biblioteket tilbyder også diverse foredrag, hvor du blandt andre kan møde forskellige forfattere.

### Bliv klog på en time eller deltag i bogcaféen

Et andet koncept er et koncentreret “lynforedrag”, under titlen “Bliv klog på en time”. En professor eller anden akademiker taler over et emne, som vedkommende er ekspert i. Det kan være Dostojevski, benproteser, myrer, noget naturvidenskabeligt eller krigen i Ukraine – formatet er emnemæssigt bredt.

Bogcafeerne er også tilløbsstykker. Her finder bibliotekarerne gode bøger frem og fortæller om dem. Du kan vælge at holde dig for dig selv og bare lytte, hvis du har det bedst med det, men du kan også søge fællesskabet i bogcaféen.



## Vigtig snak i samtalestuen

På en lokal borgers (Svend) opfordring etablerede biblioteket også "Samtalestuen". En gang om ugen samles en lille gruppe, max ti personer, i Johannes Jørgensens Hus og taler om emner, de selv foreslår. Du kan bare møde op og være med til at lytte og snakke om noget vigtigt for eksempel døden, frihed, fællesskab eller karma.

Biblioteket deltager ved på forhånd at levere "samtalestartere" i form af samtalekort eller spørgsmål til dagens emne, så her er de også med til at skabe rum for store samtaler.

## Håndarbejde er godt for hjernen

Efter tiden med corona har håndarbejdet fået et opsving, så nu har du mulighed for at benytte bibliotekets tilbud om strikkecafeer eller kreative caféer. Forskellige grupper mødes, og mens der strikkes eller laves anden kreativ aktivitet, har du mulighed for at få hjælp fra andre i gruppen, hvis der er behov for det. Skulle du være interesseret i et sådant fællesskab, så er der altid plads til en til.

## Bliv personlig sprogtræner

Formidling af personlige sprogtrænere, tager biblioteket sig også af. Mange nye svendborgensere har brug for at få trænet deres danske, og biblioteket parrer frivillige trænere med sprogtrængende, ofte VUC-studerende nydanskere. Har du behov for at få trænet dit sprog, det kan være dansk eller udenlandsk, så kan du blive parret med en frivillig sprogtræner – altså borger møder borger. Du skal binde dig for mindst seks gange over seks uger, og er der behov for mere træning, så finder dig og din "sprogelev" selv ud af det.



*Tina Mortensen, bibliotekar, og Nanna Ask, kommunikationskoordinator, elsker, når de ser den brogede skare af mennesker, der benytter sig af bibliotekets mange forskellige tilbud.*



*Susanne Ravn, 68 år og tidligere sekretær på Ida Holst Skole, er flittig bruger af bibliotekets mangfoldige tilbud.*

## Bare kom uden, at du skal noget

Tina Mortensen og Nanna Ask nævner til slut i deres fortælling om de mange tilbud, at biblioteket er et sted, hvor du bare kan komme og gå uden at skulle noget specielt. Her bli'r du ikke påduttet noget, men kan bare være dig selv. Du kan blive inspireret, spørge efter en god bog, læse dagens avis eller de tidsskrifter, du interesserer dig for, og er der noget du har behov for at vide, er du altid velkommen til at spørge en af medarbejderne.

## HER SES NOGLE AF BIBLIOTEKETS MANGE TILBUD:

- ✿ Fælleslæsning
- ✿ Foredrag
- ✿ Læseklub
- ✿ Klog på en time
- ✿ Bogcafe
- ✿ Strikkecafe
- ✿ Kreativ cafe
- ✿ Samtalestue
- ✿ Sprogtræning
- ✿ Digterruten
- ✿ Boglån
- ✿ CD- og DVD-lån
- ✿ Avis
- ✿ Tidsskrifter
- ✿ Blade m.m.m.

## Her findes info om bibliotekets tilbud:

- Opslagstavlen i bibliotekets indgangsparti
- Katalog – fås på biblioteket
- Hjemmesiden: [svendborgbibliotek.dk](http://svendborgbibliotek.dk)
- Facebook



## Læsevenner

Tekst af Marianne Mølsted

Det er sådan en som mig, der stadig synes, at børn er dog det herligste, vi har frembragt – men nogen af dem har svært ved at klare sig i vores del af verden, for deres forældre taler et andet sprog.

Det er vi nødt til at gøre noget ved, så i 2019 fik Svendborg kommune penge til at starte Projekt læsevenner, der kunne støtte flersproglige børns sproglige udvikling.

Frivillige besøger børnehaver, hvor de sammen med 1 - 3 børn læser bøger, leger teater med dukker, tegner, synger og hvad der ellers kan udvikle et barns sprog.

En lille mørkøjet pige kommer og giver mig et knus, og løber så tilbage til de andre piger. Dagen er fyldt med sommer-sol, så jeg sætter mig ved dem og får serveret både kaffe og kage – med mere hvidt sand i koppen, når jeg nu vil have mere sukker. Bellis fra græsset er jordbær på sandkagen. Børnene og jeg snakker sammen og jeg spørger og gentager de ord, man bruger på en cafe. Jeg kan høre, der er kommet flere ord indenbords, siden jeg var her i sidste uge. Der var vejret dårligt, så vi sad inde og havde en sprogkuffert fremme, så vi kunne lege "Prinsessen på ærten". En af de "store" drenge var med og fik lov at være prinsessen, mens "min" pige var en rigtig prinsesse med diadem. Men sengen var kongeagtig og madrasserne var der nok af – i dukkehusstørrelse.

Ærten havde vi lidt besvær med at genkende, for her var det en grøn perle, så jeg burde have taget et par frosne med eller nogen i en rigtig bælg. Det må jeg huske til næste gang, vi er indendørs.

Læsevennerne har et depot fyldt med materialer, som er velegnet til snak og udvikling. Det er der et par fingerfærdige damer, der hele tiden forøger og lægger i små fine kufferter, så de 3 Bukke Bruse ikke bliver blandet sammen med Rødhættes ulv. De har også lige måttet opfinde en gravid mor, for det var der altså behov for. Hun er snart ved at skulle nedkomme! Men bleer og vugge er gjort klar.

Materialerne kan lånes af alle læsevenner. Vi er flest damer, men en mand er da kommet til – og det vil nok flere drenge glæde sig over, for jeg er for dårlig til at kende traktorredskaber, mener de.

Vi er i alle aldre. De fleste har en baggrund i at arbejde med børn. Men politiet skal også godkende os. En times tid om ugen er godt givet ud. Selvfølgelig for børnenes skyld, men vi frivillige for også meget igen.

Hver 3. måned mødes frivillige til kaffe og giver gode ideer videre, og får spredt budskabet om, hvordan man kan fremme integrationen og den sproglige udvikling – og måske rekrutteret flere venner.

### Har du lyst til at høre mere om at være læsevenner

Kontakt Birgit Jørgensen  
- tlf 29 61 51 63, der er leder og fordeler af læsevenner.





## KOMMUNALE TILBUD

### GENOPTRÆNING

Trænende terapeuter, Telefon 62 23 40 40  
Mandag-torsdag:  
kl. 08.00 - 10.00 og kl. 13.30 - 14.30  
Fredag: kl. 08.00 - 10.00  
mail: traening@svendborg.dk  
www.sundhed.svendborg.dk

### HJÆLPEMIDLER SOM F.EKS. ROLLATOR, KØRESTOL M.M.

Hjælpemiddeltherapeuter  
Mail: socmyn@svendborg.dk  
Telefon 62 23 40 00 - Tryk 2

### PERSONLIGE HJÆLPEMIDLER SOM F.EKS. BLEER, SKO INDLÆG M.M.

Hjælpemiddelafdelingen  
Mail: socmyn@svendborg.dk  
Telefon 62 23 40 00 - Tryk 3

### BOLIGER FOR ÆLDRE

Visitatorer: Telefon 62 23 40 00 - Tryk 1

### HJEMMEHJÆLP OG MADSERVICE

Visitatorer: Telefon 62 23 40 00 - Tryk 1

### AKTIVITETSCENTRE

For yderligere information kontakt  
Områdekantor Plejecenter Øst  
Telefon 62 23 43 00  
Områdekantor Plejecenter Vest  
Telefon 62 23 42 00

### DEMENS

Kontakt demenskonsulenterne om  
spørgsmål vedrørende demens  
Charlotte Gehring, telefon: 30 17 59 87  
Vibeke Tang Larsen, telefon: 20 33 58 29  
Julie Lindgren, telefon: 30 17 59 60

### DEMENSCENTER SYDFYN ANONYM RÅDGIVNING OG AKTIVITETER

Mail: demenscentersydfyn@svendborg.dk  
Telefon 29 65 70 23

Åben henvendelse: Tirsdag kl. 10.00 - 12.00  
Velfærdsteknologiske hjælpemidler

## KOMMUNIKATIONSCENTER SYDFYN

### TALE- OG HØREHUSET

Mail: th.huset@svendborg.dk  
Vedr. Hørevanskeligheder:  
Telefon: 62 23 41 75  
Telefontid: mandag til torsdag kl. 8.30 - 9.30  
Vedr. Talevanskeligheder:  
Tlf: 62 23 40 85  
Telefontid: tirsdag kl. 10.00 - 11.30

### SYNSRÅDGIVNINGEN

Tlf: 20 53 02 95  
Telefontid: tirsdage kl. 13-14 og torsdage kl. 9-10  
Mail: socmyn@svendborg.dk

### INFORMATION- OG KOMMUNIKATIONSTEKNOLOGI (IKT)

Tlf: 20 54 79 73  
Telefontid: Tirsdage kl. 13-14  
Mail: socmyn@svendborg.dk

## KØRSEL

### KØRSEL TIL LÆGE OG SPECIALLÆGE

Ansøg elektronisk via borger.dk eller  
bestil ansøgning på telefon 62 23 33 33  
Er du visiteret - bestil kørsel på telefon 70 18 01 41  
Senest en dag før inden kl. 12 til din  
lægekonsultation

### SYGEHUSKØRSEL

Kørsel til behandling i Region Syddanmark  
Siddende patientbefordring telefon 70 11 31 11

### INDIVIDUEL HANDICAPKØRSEL

Kørselsordning for svært bevægelseshæmmede  
Bestilling af ansøgning telefon 62 23 33 33  
(findes også på Kommunens hjemmeside)  
Bestilling af kørsel telefon 63 11 22 55

### HØREKLINIKKEN OUH

Kørsel til afprøvning og justering af høreapparat  
Region Syddanmark. Transport telefon 70 11 31 11

### BUSKORT

Du kan bestille og betale buskortet på nettet  
eller kontakte Fynbus telefonisk.  
www.fynbus.dk.Fynbus telefon 63 11 22 00



Svendborg Kommunes hovednummer: 62 23 30 00 · [www.svendborg.dk](http://www.svendborg.dk)

## BORGERSERVICE

- Pas
- Kørekort
- Helbredstillæg
- Sygesikring
- Hjælp til digital post
- Hjælp til selvbetjening på nettet
- Folkeregister
- MitID, udstedelse og hjælp til aktivering

Der findes også mange oplysninger og selvbetjeningsløsninger på [www.borger.dk](http://www.borger.dk) og [www.svendborg.dk](http://www.svendborg.dk)

### TIDSBESTILLING

**HUSK - bestil tid på [www.svendborg.dk/Bestiltid](http://www.svendborg.dk/Bestiltid)**

**Åbningstider for personlig henvendelse:**  
Borgerservice, Centrumpladsen 4, Svendborg

**Åben\*:** mandag - tirsdag kl. 09 - 13.00  
onsdag lukket  
torsdag kl. 10 - 16.45  
fredag kl. 09 - 13.00

\* Se tidsbestilling. Der kan være ekstra åbent.

**Åbningstid for telefonisk henvendelse:**

**Åben:** mandag - onsdag kl. 09 - 15.00  
torsdag kl. 10 - 16.30  
fredag kl. 09 - 14.00

**På lokalbibliotekerne tilbydes borgervejledning så som:**

- Informationssøgninger
- Vejledning i indgangen til offentlige myndigheder
- Generel råd og vejledning om borgernes muligheder

## MOBIL BORGERSERVICE

Vi laver de fleste ekspeditioner i bussen:

**Ulige uger 9.00 - 10.30 11.30 - 13.00**

Mandag	Hesselager	Gudme
Tirsdag	Vindeby	Lundby
Fredag	Oure	Thurø

**Lige uger 9.00 - 10.30 11.30 - 13.00**

Mandag	V. Skerninge	Ollerup
Tirsdag	Gudbjerg	Skårup
Fredag	Kirkeby	Stenstrup

## ANMELDELSE AF FLYTNING

Skal gøres digitalt, hvis man har mulighed for det: [www.borger.dk](http://www.borger.dk) eller [www.svendborg.dk](http://www.svendborg.dk)  
Ellers kontakt Borgerservice

## LÆGESKIFT OG NYT SUNDHEDSKORT

Skal gøres digitalt, hvis man har mulighed for det: [www.borger.dk](http://www.borger.dk) eller [www.svendborg.dk](http://www.svendborg.dk)  
Ellers kontakt Borgerservice

## SPØRGSMÅL TIL SENIORAKTIVITETER

Birthe Bergmann, telefon 24 88 63 31

## UDBETALING DANMARK

- Boligstøtte, telefon 70 12 80 63
- Pension og varmemhjælp, telefon 70 12 80 61
- Blåt EU-bevis, telefon 70 12 80 81

## SKAT

[www.Skat.dk](http://www.Skat.dk), telefon 72 22 18 18