



Bestyrelsen for GrønnegadeCentret

Centerbladet

April 2024

Center for aktive seniorer



GrønnegadeCentret

Grønnegade 15. 3400 Hillerød, 72 32 68 20.

gronnegadecenter@hotmail.com

Formand Annette Deleuran, 26 22 71 30.

Centerleder Anette Høyer, 72 32 68 21. anbh@hillerod.dk

Cafeleder Yvonne Skovgaard-Holm, 72 32 68 22. ysko@hillerod.dk

Mail til Bestyrelsen: bestyrelsen@gronnegadecentret.dk

Åbningstider: mandag-torsdag kl. 9.00 -17.00, fredag kl. 9.00 -16.00

GrønnegadeCentrets Venner

Formand Jørgen Raymond

Mobil: 40 42 71 21

Kasserer Anna Sofie Morell

Bankkonto: 5064-1403923

Centerredaktion

Hjemmeside: www.gronnegadecentret.dk

Indlæg til hjemmesiden modtages løbende, jo før jo bedre.

Centerblad:

Indlæg til næste blad skal være redaktionen i hænde **senest tirsdag den 23. april 2024**

Indlæg til hjemmeside og blad på e-mail:

centerredaktion@outlook.dk

Vedrørende retningslinjer for indlæg til blad og hjemmeside, henvises til hjemmesiden: Indlæg til hjemmeside og blad

Ansvarshavende redaktør: Annette Deleuran

Ansvarshavende webmaster: Jytte Duus

Informationer

Den bedste information får du ved at besøge centret samt hjemmeside, infoskærme, centerbladet og nyhedsbrev



Centerleder

Kære alle

Foråret er rigtig i gang og alting spirer. Jeg nyder enhver solstråle og har lige købt kolonihave i Tirsdagsengen pr. 1. april. Så min mand og jeg glæder os til at nyde udelivet her i Hillerød i det ene halvår og vores lejlighed i Skovlunde det andet halvår. April måned kunne måske også blive varm nok til at vores pavillon



og overdækkede terrasse her i GC kunne blive taget i brug til vores fredagsbar. Efter fredagsbar er der fælles spisning for medlemmer den 2., 3. og 4. fredag i måneden. Se mere om det inde i bladet på side 5. Vi forsøger i fællesskab at inspirere hinanden. Så kom og vær med til en af vores mange aktiviteter, arrangementer eller traditioner. Traditionen tro har vi netop fejret centrets 29 års fødselsdag med over 120 medlemmer. Tak til jer alle for at gøre dagen festlig.

Lukkedage i foråret

Følgende dage har GrønnegadeCentret lukket i foråret:

Kr. Himmelfartsdag torsdag den 9. maj og fredag den 10. maj,
2. pinsedag mandag den 20. maj.

og onsdag den 5. juni på Grundlovsdag. Vennerne holder brunch.

Betaling af kontingent

Vi har oplevet mange medlemmer, som har svært ved at betale kontingent og tilmelde sig betalingservice.

Vi har nu fået mulighed for, at medlemmer, som har svært ved dette - kan udfylde en fuldmagt. Den kan udleveres i receptionen.

Fuldmagten udfyldes ved at sætte kryds i GrønnegadeCentret og udfylde informationer. Fuldmagten afleveres i receptionen i GC.

Fuldmagten sendes videre til rådhusets betalings afdeling, som vil sørge for, at man bliver tilmeldt til betalingservice.

Anette Høyer

Bestyrelsen har konstitueret sig



Bestyrelsen har afholdt 1. ordinære møde. Noget af det der står først for er at få fordelt udvalgsposter. Det gik meget let og ser således ud:

Kirsten Larsen fortsætter som formand for arrangementsudvalg

Flemming Skovbye fortsætter som formand for teknikudvalg

Grete Holmer fortsætter som formand for sundhedsudvalg

Karsten Fog-Petersen fortsætter som formand for aktivitetsudvalg

Alice Olesen fortsætter som formand for økonomi- og fondsudvalg

Carsten Hartmann Andersen bliver formand for Indre og Ydre miljø.

Lone Nielsen bistår.

Annette Deleuran fortsætter som formand for kommunikationsudvalg.

Tonny Hulvej går med i udvalget.

Derudover fortsætter **Hans Rosenkvist** som formand for oplysningsudvalget, hvor **Knud List** (seniorrådet) er medlem og refererer til bestyrelsen.

Og sidst fortsætter **Erik Hansen** som formand for daglig drift, hvor **Ole Rønnelund** bliver medlem og referer til bestyrelsen.

Denne konstruktion, hvor det ikke er bestyrelsesmedlemmer der er formænd for udvalg betyder at kommissorier for flere udvalg skal ændres. Men også at det bliver mere fleksibilitet for bestyrelsen.

Den største og vigtigste opgave i det kommende år er at få revideret hovedprincipper og vedtægter. Hovedprincipperne revideres i samarbejde med Udvalg for Omsorg og Livskraft.

Derefter skal det godkendes i byrådet. Så det kan tage noget tid og først derefter kan vi revidere vedtægterne. Det bliver et stort og spændende arbejde.

Annette Deleuran

Det Glade Hjørne

Det Glade hjørne er GrønnegadeCentrets café. Den er drevet af frivillige ildsjæle, som har lyst til at give dig en god oplevelse med lidt at spise og drikke. Her kan du nyde en kage, en kop kaffe, et stykke smørrebrød eller små anretninger. Alt til byens laveste cafépriser.

De fleste frivillige har ikke nogen faglig forudsætning for at løse opgaverne, når de ansættes.

Vi arbejder ud fra learning-by-doing metoden.

Vores udbud afhænger af hvad der er muligt de enkelte dage. Vi arbejder i forskelligt tempo, så vi har brug for jeres hjælp og tålmodighed, når køen kan vokse sig lang.

Du hjælper os, når det brugte service sættes i de dertil indrettede vogne og bakker. Afrydningsvognene med brugt service skiftes kontinuerligt. Hvis der ikke er plads, når du kommer for at aflevere dit service, kan du spørge om hjælp hos os.

Ønsker jer alle et dejligt forår!

Yvonne Skovgaard-Holm

Efter fredagsbaren

Der er fredagsbar alle fredage i april.

Det koster **kr. 90,-** pr. arrangement inkl. 1 glas vin eller øl/vand.

Fredag den 12. april: Stjernes kud

Fredag den 19. april: Tapas

Fredag den 26. april: Stegt flæsk.



Arrangementsudvalget

Pinsefrokost

Fredag den 3. maj kl. 12.30

Pris kr. 135,-

Billetter sælges fra **onsdag den 10. april.**



Lone Nielsen

Spisearrangementer er kun for medlemmer af Grønnegade Centret.
Billetter købes i receptionen og betales i cafeen

Kunstudstilling i april-maj 2024

Mette Holmskov er uddannet på Kunsthåndværkerskolens keramiklinje og har arbejdet med keramik, tegning og maling, men nu har maleriet fuldstændig taget overhånd. Naturen er den store inspirator med de skiftende årstider og belysninger. Hun arbejder med landskabet enten naturalistisk eller mere abstrakt, hvor landskabet opfattes som farveflader. Mette H. går eller cykler rundt med skitseblokken og arbejder videre hjemme med oliemaleriet.



Interessen startede i barndomshjemmet med faderen, maler og billedhugger Helge Holmskov. Her var alle materialer altid tilgængelige og kunst blev taget alvorligt.

Der er fernisering **fredag den 5. april kl. 13.00**, hvor GC er vært ved et glas og lidt snacks.

Vibeke Hansen

AUGUST JØRGENSEN

ADVOKATER

En omhyggelig forberedelse af seniortilværelsen giver tryghed.

Vi rådgiver om alle juridiske problemstillinger i forbindelse med, at man bliver ældre. Det kan blandt andet være salg af fast ejendom og oprettelse af testamente. Det kan også være rådgivning om at give sine børn skattefrie gaver som supplement til testamente.

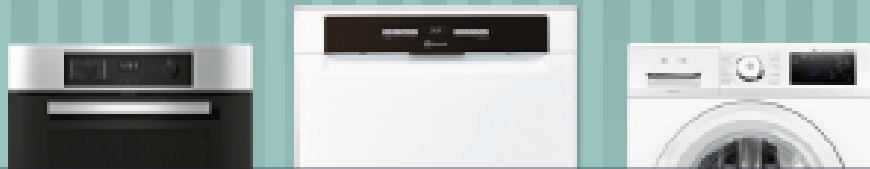
Vi er uafhængige og varetager kun klientens interesse. Navnlig i den tredje alder, er der ikke råd til at udskyde overvejelser om testamente.

Ring til advokat Lotte Borg Jørgensen for en aftale på tlf. 48 24 79 20.

Skousen
HILLERØD



VI HAR *uden tvivl* **DET DU
LIGE STÅR OG MANGLER**



Fordi du er bruger af
Grønnegadecentret

Har vi en vanvittig god rabataftale til dig*

20%

Husk siden og opnå din rabat i Skousen Hillerød

*Prisen gælder den skiftede pris i butikken eller den vejledende pris fra leverandøren. Rabatten kan ikke kombineres med øvrige tilbud, kampagner eller prismatch samt serviceydelse og fin ansløring.

HILLERØD

SKOUSEN HILLERØD
Frejævej 32
3400 Hillerød
Tlf. 48 28 48 36
Hillerød@skousen.dk

ÅBNINGSTIDER
Mandag-fredag: 9.30-18.00
Lørdag: 9.30-15.00
Alle søndage: 10.00-15.00
Find vej på www.skousen.dk

Ingen kender dagen

Lørdag den 6. april kl. 14.00 til 17.00

Spilletid: 1 time 45 minutter



En ægtemand, en læge, en hustru, en skoleelev og lille datter bliver i løbet af 24 timer konfronteret med en af tilværelsens skæbnesvangre skilleveje. I søgen efter kærlighed, identitet og et moralsk ståsted, må de hver især satse det vigtigste vi har mellem hinanden: tillid. Men tilliden er sårbar og konsekvenserne bliver fatale, forbudte og pinagtige morsomme.

Medvirkende: Trine Dyrholm, Jacob Cedergren, Emil Aron Dorph, Sofie Juul Blinkenberg med flere.

Pris for film, kaffe med kage **Kr. 50,-**.

Billetter købes ved indgangen. Helst lige penge eller Mobile Pay.

Betalingskort modtages ikke. Husk medlemskort til GC.

Oplysningsudvalget

Jazzaften

Jazzaften fredag den 5. april kl. 18.30

hvor vi får en let anretning. Musikken starter kl. 20.00.

Prisen er **kr. 225,-** for medlemmer og **kr. 265,-** for ikke medlemmer.

Billetsalg fra **mandag den 11. marts til onsdag den 3. april** online via hjemmesidens billetsystem eller i receptionen hvor der betales med Mobile Pay eller kontanter.

Lone Nielsen

**ULLERØD
PIZZA**
TLF. 48 26 12 42
**FREDERIKSVÆRKSGADE 117
3400 HILLRØD**



ÅBNINGSTIDER

Mandag lukket (undt. helligdage)

Tirsdag – lørdag 11:00 – 21:00

Søndag og helligdage 12:00 – 21:00

Motionsrummet holder åbent i hele juli måned

Tidligere lukkede centret i sommermåneden, men vores erfaringer fra sidste år er, at der er stort behov for fortsat at kunne bruge Erantis, selv når centret i øvrigt holder lukket.

Vi satser på, at holde åbent to dage om ugen i 2-3 timer om formiddagen, men vi har brug for nogle hjælpere, helst nogen der kender huset i forvejen, som vil være her, så ingen træner alene og som vil sørge for at der ser pænt ud i motionsrummet, når centeret åbner igen i august.

Vil du være med i vores team af sommerfriske ”tovholdermedhjælpere”, så ring til:

Niels Jørgen tlf: 42163317 eller Evelyn tlf: 26655751 snarest.

I bliver så indkaldt til et lille møde, hvor vi fordeler ansvaret for åbningsdagene mellem os.



Sundhedsudvalget

Hos Fodterapeuterne

STATSAUTORISEREDE FODTERAPEUTER

Jesper Frederiksen & Trine Ritter

Åbent mandag til lørdag efter aftale.

Klinikken har ydernummer, der giver tilskudsmuligheder med lægehenvi-
sning til diabetes, leddegigt, arvæv og nedgroede
negle.

Handicapvenlig indgang.

Hostrupsvej 27, st th, 3400 Hillerød

Tlf. 48 26 52 11

www.hosfodterapeuterne.dk

Klipning og oprensning af
negle
Svampenegle
Nedgroede negle
Hård hud, ligtorne,
hælrevner
Aflastning af nedsunken
forfod, platfod, knyster,
hælsporer
Fremstilling af indlæg



Er du faldet, eller har du været lige ved?

Forebyggelse af fald

Tirsdag den 23.april kl. 10.00-12.00

- Cirka 1/3 af alle mennesker over 65 år falder mindst én gang om året. Halvdelen af alle ældre der falder, vil falde mere end én gang om året.
- Kvinder falder oftere end mænd.
- Cirka 5 % af alle fald hos ældre medfører et knoglebrud, oftest i håndled, hofte eller i ryg.



Tag din ven eller nabo under armen - eller kom bare med dig selv - og få en opfriskning af din viden om hvad du selv kan gøre for at forebygge fald og hvordan du klarer det hvis først du ligger der og har svært ved at komme op igen.

Hillerød kommunes faldkoordinator Julie Bulskov-Wichmann og en diætist forestår undervisningen som finder sted i GrønnegadeCentret.

Det er gratis og for alle, også dem der ikke er medlemmer i centeret. Tilmelding ikke nødvendig, mød bare op, du er velkommen!

Sundhedsudvalget



Rejse til Nordjylland

GrønnegadeCentret arrangerer en 5 dages bustur til Nordjylland med afrejse **mandag den 2. til fredag den 6. september 2024.**

Pris kr. 5.995,- pr. person.

Tillæg for enkeltværelse **kr.950,-**

Vi henviser til martsbladet for yderligere information.

Informationsmøde afholdes i lokale A i GC **mandag den 6. maj kl. 14.30.**

Efter mødet vil der være mulighed for at tilmelde sig turen. Der er 10 dobbeltværelser og 32 enkeltværelser.

Bestillingsnumre udleveres i receptionen inden mødets begyndelse, tidligst kl. 13.30.

Sidste frist for tilmelding er fredag den 28. juni.

Brita Lyng (20 64 72 01) og Ejner Nielsen (20 47 21 06)



Køb af billetter til arrangementer

Billetter til en del arrangementer købes online via GC's hjemmeside. Det kan man gøre i ro og mag hjemmefra og de der skal have hjælp, kan komme her i receptionen, som bestiller billetterne, på samme måde, som du kan gøre det hjemmefra.

Billetter er normalt til salg fra kl. 10.00, den dag de sættes til salg og med en slutdato og tid.

Som et forsøg indføres at man fra 1. april kan købe billetter online fra kl. 20.00 aftenen før billetsalget ellers starter.

Det er af flere grunde. Vi ønsker at så mange som muligt selv bestiller billetter og derved undgå betaling med kontanter i receptionen. Og så kan vi forhåbentlig minimere kø i receptionen, når et billetsalg starter. Vi ved at der fortsat er en del medlemmer, der ikke er så velbevandret i IT, og de kan selvfølgelig fortsat købe billetter i receptionen som de plejer.

Bestyrelsen evaluerer ordningen sidst på året, og hvis det giver problemer, vil vi gerne høre om det.

Annette Deleuran

Oplevelsescentret Nyvang ved Holbæk

Kom med på en spændende kulturhistorisk tur.

Tirsdag den 14. maj kl. 9.00 med bus fra centret.

Pris kr. 425,- pr. deltager, kun for medlemmer.

I prisen er i inkluderet indgangsbillet, ½ times foredrag i Forsamlingshuset, formiddagskaffe, the og småkage, frokost der består af kartoffelsalat og frikadeller, samt transport.

Indgangsbilletten kan bruges resten af året – altså flere gange.

Vi skal smage og dufte os gennem Danmarks andelshistorie, og mærke nostalgien, når vi tager tilbage i tiden til midten af 1900-tallet.

Der er flere hundrede frivillige ildsjæle i landsbyen, der videregiver hverdagen i den genskabte by.

Hvis man ønsker at blive transporteret rundt i Nyvangs gamle bus, er der mulighed herfor.

Billetter kan købes i reception fra **mandag den 22.april til onsdag den 8. maj** med Mobile Pay eller kontant.

Lone Nielsen



Fortjener dit boligsalg en ambitiøs og personlig mægler?

Så kom ind i butikken på Frederiksværksgade 7 og book en gratis vurdering Eller ring på 4824 2111

Solgt eller gratis.

danbolig Hillerød
Frederiksværksgade 7 · 3400 Hillerød
Tlf. 48 24 21 11 · CVR 40847898
danbolig.dk · hilleroed@danbolig.dk

danbolig
SAMARBEJDER MED NORDEA

Bustur - My Fair Lady

Lørdag den 20. juli arrangerer ”GrønnegadeCentrets turudvalg” en spændende bustur til Nyborg Voldspil med afgang fra centret kl. 14.00. Der vil blive kaffestop på vejen til Nyborg, hvortil vi ankommer kl. ca. 17.00.

Inden vi spiser en 2 retters voldspilmenu kl. 18.00, er der mulighed for at strække benene i slottets smukke område.

I pausen af forestillingen er der kaffe og kage. 40 billetter er reserveret i Sektion A, de bedste pladser, til denne smukke musical udendørsforestilling, - det anbefales man medbringer en hynde til stolene.

Prisen for alt dette er kr. 750,-

Billetter købes i receptionen, der kan betales med MobilePay eller kontant fra **onsdag den 3. april, deadline 17. april.**



Kirsten Larsen

**ILSE
LYKKE**

KVINDELIGT & KLÆDELIGT

ØSTERGADE 6
3200 HELSINGE
TLF: 48 79 87 87

**HOS OS FÅR DU EN
PERSONLIG OG ÆRLIG
BETJENING**

BETTY BARCLAY
BRANDEX
GERRY WEBER
MICHA
SIGNATURE
IN FRONT
CISO
GOZZIP
POINT NEUF



Månedens profil Mona Petersen

Det er ikke sikkert at du kender Mona, men sandsynligheden for at Mona ved hvem du er, er ret stor. Mona kender nemlig om nogen GrønnegadeCentret helt fra det første spadestik blev taget og til nu. Hun kender Hillerød kommune som sin egen bukselomme, hun kender folkene der bor og har boet i de forskellige gamle huse ... og hun kan huske det hele og fortælle om det!

Jeg har tidligere været på besøg hos Mona. Hun har mange reoler fyldt med ringbind med udklip, postkort og publikationer af enhver art sat i fin orden så alt let kan findes frem.

I dag har hun taget en scrapbog med der handler om GrønnegadeCentret, og her er alt hvad der er skrevet i forbindelse med stedet lige fra politikernes første tanker om et center til kommunens ældre, til beskrivelser og artikler fra Frederiksborg Amts Avis, Hillerød Posten og GrønnegadeCentrets egne produktioner gennem årene.

Mona er faktisk født lige her hvor centeret er bygget, dengang hed det Grønnegade 19, og Mona blev født som yngste barn efter to brødre. Faren var skrædder og tog hver dag toget på arbejde i København og moren arbejdede på CF kasernen på Sdr. Jernbanevej.

Skolegangen var de første to år på Nyhuse skole og senere på den nybyggede Hillerødholmskole. Mona ville gerne arbejde med børn og kom i praktik i 8. klasse på Asylet i Skolegade, men det blev alligevel på Hillerød Dampvaskeri hun fik job. Der arbejdede veninderne, det var lige i området og selv om der var en streng ejer var arbejdet faktisk så godt at hun fortsatte med at arbejde der i 26 år.

Sygdom har været en fast følgesvend i Monas liv, og hun kender alle områdets hospitaler fra utallige kontroller gennem årene. Nu går det heldigvis godt med helbredet, blot skal hun i dialyse to - tre gang ugentligt. Og det er ikke Monas stil at beklage sig, hun tager det hele i stiv arm.



Mona bor lige over for GC og på nær en kort periode i Lyngø har hun boet i området hele livet. Mona er mor til to drenge, Jan og Erik. Erik var multihandicappet og havde brug for hjælp hele sit liv indtil han døde 20 år gammel.

Jan bor med sin familie i det hus i Lyngø, hvor Mona også har boet, med to store, næsten flyvefærdige døtre.

Som yngre var hun aktiv i håndbold og fodbold i HGI. Ud over selv at spille var hun håndboldtræner for pigeholdet. Senere blev det frivilligt arbejde i klubben som fx at pakke nyvasket tøj til alle klubbens hold hver lørdag gennem 20 år.

Mona har arbejdet i Kræftens Bekæmpelses forretning i Østergade, hun er i bestyrelsen i Lokalhistorisk forening i Hillerød, har arbejdet i årevis i arkivet under biblioteket og har været med til at finde baggrundsmateriale og billeder til artikler og bøger bl.a. Hillerød bogen og artikelserier i Hillerød posten. Tim Panduro og John Jessen Hansen har været flittige brugere af Monas store viden når de skulle skrive artikler, lave foredrag eller føre an på kirkegårdsture.

Hun er glad for banko og for tirsdagsklubben, og er i det hele taget glad for GC, hvor hun kender utrolig mange mennesker.

Monas store hjemmearkiv indbefatter også over 7000 gamle danske film, som hun viser frem i Oplysningsudvalgets regi, og fordi hun husker så godt og har så flot orden i alle sine optegnelser er hun en sand gevinst når man skal tilbage i tiden og erindre hvordan det egentlig var det hele hang sammen.

Else Flydal



Kalender April

Dato	Dag	Aktivitet	Tid	Side
5.	Fredag	Spiseklub	12.00	
5.	Fredag	Fernisering	13.00	6
5.	Fredag	Jazzaften <small>Musikken starter kl. 20.00</small>	18.30	8
6.	Lørdag	Filmklub <small>Ingen kender dagen</small>	14.00-17.00	8
10.	Onsdag	Velkomstmøde	14.00	
12.	Fredag	Stjernes kud	17.30	5
16.	Tirsdag	Tovholdermøde	10.00-12.00	
19.	Fredag	Tapas	17.30	5
23.	Tirsdag	Foredrag <small>Forebyggelse af fald</small>	10.00-12.00	10
26.	Fredag	Stegt flæsk	17.30	5
30.	Tirsdag	Informationsmøde, motion	13.30-14.30	

Åben øver forår 2024

Musik – åben øver	Dag	Tid
Husorkester	Alle onsdage i april	11-12 i A
Greenstreet Country	Torsdag den 11. april	11-12 i A
Grønnegade Jazzband	Torsdag den 18. april	11-12 i A
Grønnegade Jazzband	Torsdag den 16. maj	11-12 i A
Grønne Evergreens	Tirsdag den 21. maj	11-12 i A
Greenstreet Country	Torsdag den 6. juni	11-12 i A
Grønnegade Jazzband	Torsdag den 13. juni	11-12 i A
Grønne Evergreens	Tirsdag den 18. juni	11-12 i A

