

## **TORSDAGS- CYKELTURE: Januar-februar-marts**

Turene starter på Bakkegårdens parkeringsplads. Vi holder pause undervejs så det er en god ide at tage kaffe og brød med. Husk vand.

Torsdag den 5. marts Fangel	kl. 13.00 25 km
Torsdag den 12. marts Nr.Søby	kl. 13.00 25 km
Torsdag den 19. marts Freltofte/Nr.Lyndelse	kl. 13.00 25 km
Torsdag den 26. marts Skt. Knuds Kirke	kl. 13.00 25 km

Der er ingen fastlagte cykelture i januar og februar måned, men de fremmødte aftaler, hvor man kører hen.

Poul Erik Rasmussen tlf. 2814 7025  
Leo Sørensen tlf. 26241648



**REMA 1000**  
Højby



## **HØJBY SENIORFORENING**

### **PROGRAM FOR**

**JANUAR-FEBRUAR-MARTS  
2026**

**Super Brugsen**

**Tlf. 63 95 50 00**

**DIN FRISØR**

**M** V. METTE PUCK  
**DESIGN**

**Tlf. 65 95 95 75**

Svendborgvej 319A v/Fakta i Højby

#### BESTYRELSEN

Formand (fungerende)	Leo Sørensen	tlf. 26241648
	E.mail: inger.leo@webspeed.dk	
Næstformand	Hanna Olsen	tlf. 22975727
Kasserer	Karin Thaarup	tlf. 23418024
Sekretær	Connie Madsen	tlf. 25362612
Bestyrelsesmedlem	Inger Petersen	tlf. 29121044

www.hojbyseniorforening.dk      bankkonto 0828 0000942707  
Mobile pay 495634

Tilmeldning til arrangementer kan ske i mandagscafeen/SMS 23418024/mail thaarup@outlook.dk. **Ved arrangementer, der kræver en billet, kan tilmelding kun ske i mandagscafeen, Nørrelunden 70 kl. 10.00-12.00.**

**Husk** at melde flytning til kasserer så du/I forsat modtager medlemsbladet.

**Der er denne gang medsendt indbetalingskort til det årlige kontingent, som stadig er kr. 150,00**  
**Betalings frist den 26. januar, bedes venligst overholdt. Ved evt. bankoverførsel er vores konto nr.0828 0000942707. Husk medlemsnummer**

#### GÅ-GRUPPEN

Vi går hver tirsdag kl. 9.30 til ca. kl. 11.00 fra Coop 365 og går mellem 6 og 7 km. Vi går som regel i forskellige grupper alt efter det tempo, vi hver især kan klare. Vi går ofte i 3 grupper med faste ture, som er:

1. tirsdag i md. Allerup Rundt. 2. tirsdag i md. Jernbanestien – Lindved – Syvhøjvej. 3. tirsdag i md. Højby rundt – Banehøjvænget – Sandkæret – Ugletøften – Knullen. 4. tirsdag i md. Hollufgårdturen. Ved en 5. tirsdag i md. finder vi en anden tur.

#### TENNIS

**Vores tennis afdeling er blevet nedlagt, der var for lille tilslutning.**

#### Billeder på hjemmesiden

Bestyrelsen vil fremover kun lægge billeder på hjemmesiden taget i det offentlige frit tilgængelige rum, da dette er lovligt. Dog må vi ikke krænke nogen af personerne. Det vil kunne være billeder fra vore rejser. Der vil dog også kunne komme billeder fra evt. cykelturene, og enkelte andre aktiviteter. Her skal personerne for en sikkerhed skyld acceptere det.

Til vore arrangementer i fælleshuset vil der kun komme billeder af f. eks. maden, borddækningen, og af vore underholdere/foredragsholdere, såfremt disse giver accept til det.

I forhold til vores medlemsmøder, hvor vi viser billeder fra årets gang, hvor der er personer med på mange af vores billeder, mener bestyrelsen ikke, at det vil give problemer at vise, da fremvisningen udelukkende er til vore medlemmer og foregår i en lukket forsamling. Men er der bare en, der ikke ønsker at billederne bliver vist vil det blive respekteret.

Der er nu indført adgangskode for tilgang til billeder på hjemmesiden, så kun medlemmer kan se billeder.

Adgangskoden er: hs2015

## SVØMNING

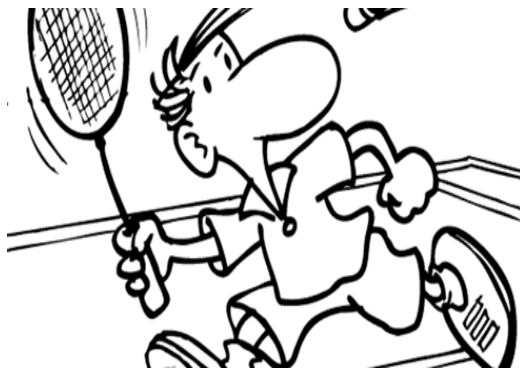
Vi har et hold med motion/hyggesvømning hver fredag kl. 8.00 frem til 1. maj. Såfremt det har interesse, så henvend dig til Freddy Klausen, Hestehøjvej 114, 5260 Odense S. tlf. 20 30 43 92 (E.mail:f.clausen@youmail.dk) Han står for aktiviteten og kan evt. arrangere samkørsel.

## GYMNASTIK

Vi har gymnastik hver onsdag fra kl. 10.00 i hal 1. Seniortræning er med til at holde dig i fysisk form til dagligdagens gøremål, og du sænker risikoen for at falde og komme til skade i hverdagen. Vores instruktør er Hanne Møller, tlf. 26 11 24 34.

## BADMINTON

Vi spiller badminton hver onsdag fra kl. 8.30 i hal 1. Husk at møde op, så vi kan få nogle gode kampe, Johs Videsen står som sædvanlig for træningen, ligesom han administrerer vores boldkasse.



## Bowling.

Vi spiller i Odense bowlingshal på Møllemarksvj 80, Odense. Torsdag mellem kl. 12.00 og 13.00. Tilmelding skal ske til Jytte og Leif Pedersen, Bakkegårdslynden 15, tlf. 23 31 41 38 som står for aktiviteten, samt arrangerer samkørsel. Pris pr. time kr. 45,00 + leje af sko

## FASTE UGEAKTIVITETER.

Mandage kl.10.00 til kl.12.00 **Åbent hus** i Fælleshuset Højbylund, hvor der er mulighed for socialt samvær – kortspil – EDB hjælp

Tirsdays kl. 09.30 til kl.11.00. **Gåture.** Mødested: På det gamle Aldi's P. plads.

### **Kontaktperson gå gruppen:**

Astrid Danielsen 40 42 37 77

Åshild Videsen 29 64 16 13

Onsdage kl. 13.00 **Korte onsdagscykelture** på 15-20 km.  
Mødested: Bakkegårdens Parkeringsplads.

Torsdag kl. 13.00 – kl.16.30 **Lange torsdagscykelture.**  
Mødested: Bakkegårdens Parkeringsplads.  
Nogle uger afgang kl. 9.00

Torsdag kl. 12.00 **Bowling i Odense Bowlinghal**  
Kontaktpersoner Jytte og Leif Pedersen tlf. 23 31 41 38

Fredag kl. 8.00 **Svømning i Bolbro**  
Kontaktperson: Freddy Klausen, Hestehøjvej 114, 5260 Odense S.  
Tlf. 2030 4392

*Fra d. 1. sept. til d. 1. maj i Højbyhallen og Multihal 2*

Onsdag kl.10.00 – kl.11.00 **Let gymnastik** i Højbyhal 1.

Onsdag kl.08.30 – kl.10.00 **Badminton** Højbyhal 1

Onsdag kl.9.00 – kl.11.30 **Bordtennis** Højbyhal 1, Multihal.

Prisen for aktiviteterne vil være :

Gymnastik kr. 250,00

De øvrige kr. 200,00

**PROGRAM FOR MANDAGSCAFEEN  
JANUAR-FEBRUAR-MARTS  
2026**

Hver mandag formiddag fra kl. 10.00 - 12.00 er der i Fælleshuset Højbylund, Nørrelunden 70 åbent hus med socialt samvær ”Mandagscafe” samt muligheden for kortspil. Vi har endvidere mulighed for at tilbyde hjælp til div. pc. problemer. (Ikke på lukkedage )

**Mandag den 5. januar.** 12.30-16.00  
**BANKO**

**Mandag den 12. januar.** kl. 13.00-16.00  
**BOGCAFE**

**Mandag den 19. januar.** kl. 13.00-16.00  
**NYMARKENS HARMONIKA ORKESER**  
Nymarkens Harmonika klub kommer og underholder med harmonika musik og sang, der bliver omdelt sanghæfter så man kan synge med på de kendte gamle sange. Pris for underholdning kaffe og kage kr. 50,00. Tilmelding senest den 12. januar i mandagscafeen.

**Mandag den 26. januar.** 13.00-16.00  
**FÆLLESPISNING**  
Pris for mad ”udefra” samt kaffe , kr.140,- pr. person.bindende tilmelding senest den 19/1 i mandagscafeen.

**Mandag den 2. februar.** kl. 12.30-16.00  
**BANKO**

**Mandag den 9. februar.** kl. 13.00-16.00  
**GENERALFORSAMLING**

Se side 9.

**Mandag den 16. februar** kl. 13.00-16.00  
**FOREDRAG**  
Peer Fauerskov vil fortælle om Grækenland, moderlandet for vores civilisation, demokratiets vugge og berusende natur . Pris for underholdning kaffe og kage kr. 50,00. Tilmelding senest den 9. februar i mandagscafeen.

**Ordinær Generalforsamling**  
mandag den 9. februar 2026 kl. 13.00  
i Fælleshuset Nørrelunden 70, 5260 Odense S.  
**Dagsorden:**

1. Valg af dirigent.
2. Bestyrelsens beretning.
3. Aflæggelse af årets regnskab.
4. Fastsættelse af kontingent for 2027.
5. Indkomne forslag.
6. Valg til bestyrelse.  
  
3 medlemmer til bestyrelsen for 2 år.  
På valg er:  
Leo Sørensen            Modtager ikke genvalg  
Hanna Olsen            Modtager ikke genvalg  
Connie Madsen        Modtager ikke genvalg  
  
To suppleanter til bestyrelsen for 1 år.  
Leo Sørensen            Modtager genvalg  
Susanne Klausen        Modtager ikke genvalg
7. Valg af revisor(2 år) og revisorsuppleant(1 år)  
Kaj Hansen (revisor)        Modtager ikke genvalg  
Poul Erik Rasmussen (suppleant) Modtager genvalg
8. Eventuelt.



## **EDB**

Højby Seniorforenings medlemmer tilbydes

PC hjælp om formiddagen i Mandagscafeen, hver mandag fra kl. 10 til 12. Tag din bærbare PC, Tablet eller Ipad med op til os. Vi har tilslutning til Internettet, så vi kan hjælpe dig med de fleste EDB problemer, der opstår.

PC hjælp ved besøg i medlemmernes hjem efter aftale. PC. Hjælp er gratis for medlemmer.

Højby Seniorforenings medlemmer tilbydes hjælp til nybegyndere i slægtsforskning.

Bent Kirkmand vil introducere og hjælpe dem som ønsker at komme i gang med slægtsforskningen.

Bestil en plads på mail til bent@kirkmand.com eller mobil: 51226812

Hvis der er tilslutning, finder vi en opstartsdato.

Vi glæder os til at se jer.

**Jens Peter Jensen tlf. 3042 3570**

**Bent Kirkmand tlf. 5122 6812**

**Mandag den 23 februar** kl.13.00-16.00

## **UNDERHOLDNING**

Svend Erik Larsen spiller glad og populær folkemusik, både alene på scenen samt i forskellige sammenhænge. En tæt og magisk kontakt med publikum er garantien for en god oplevelse. Pris for underholdning kaffe og kage kr. 50,00 Tilmelding senest den 16. februar i mandagscafeen

**Mandag den 2.marts** 12.30-16.00

## **BANKO**

**Mandag den 9. marts** kl. 13.00-16.00

## **FOREDRAG**

Uwe Lindholdt vil fortælle om det moderne Grønland. Pris for underholdning kaffe og kage kr. 50,00. Tilmelding senest den 16. februar i mandagscafeen.

**Mandag den 16. marts** kl. 13.00-16.00

## **BOGCAFE**

**Mandag d. 23. marts.** Kl. 12.00-18.00

## **FÆLLESSPISNING**

Pris for mad "udefra" samt kaffe , kr.140,- pr. person bindende tilmelding senest den 16/3 i mandagscafeen.

**Mandag den 30. marts.** kl. 12.30-16.00

## **BANKO**

## Korte onsdagscykelture: Januar-februar-marts

Vi cykler alle onsdage kl. 13.00 og mødes på Bakkegårdens parkeringsplads.

Turen varer mellem 1½ – 2 timer og vi cykler ca. 15 til 20 kilometer. Vi holder en pause undervejs, hvor vi hygger os med vores medbragte kaffe og evt. brød/kage. Husk også vand til turen. Så mød op og få en god oplevelse.

Der er ikke fastlagte ture i januar, februar og marts måned. Vi mødes som sædvanligt, og de fremmødte aftaler, hvor turen går hen.

Lars Thaarup tlf 2912 8601



Få renoveret batteriet til din El cykel



Tlf 3137 3220  
Knullen 8 5260 Odense S  
5260 Odense S

## Datoer for madholdene

Hold 1	13.01	03/02	03/03	07/04
Hold 2	20/01	10/02	10/03	14/04
Hold 3	27/01	17/02	17/03	21/04
Fælles afslutning	28/4			

Eventuelt afbud til Eva Carlsen tlf. 27 51 97 45

## Bordtennis

"Vi er et hold på 16 personer der spiller bordtennis hver onsdag fra kl. 9.00 i multihallen. Vi har 4 borde og hvis Du går med en lille bordtennis spiller i maven så mød op.

Det er ingen betingelse at du er god til det. Det er glæden, passionen, livsglæden og nem adgang til motion og træning. Samt ikke mindst træningsværdierne, fysisk, mentalt, krop & hjerne på én gang, læringen, konkurrencen & kampen. Vi lægger meget vægt på fællesskabet og social samhørighed, som er meget vigtige pejlemærker for os.

Det er Per Hansen der står for aktiviteten.

Tlf. 24276208.

mail [Perdorte.hansen@gmail.com](mailto:Perdorte.hansen@gmail.com)"

