

Sløjfe-nyt

September/Oktober 2019



Aktivcenter Sløjfen

Øresundsvej 69, 2300 København S.

Telefon: 32972510

Mail: sloejfen6@gmail.com

Web: sloejfen-amager.dk

Åbent: hele året. Kl. 9-15



Banko starter op efter ferien.

Sæt kryds i jeres kalender med følgende datoer:
(alle gangene med start kl. 12.45)

fredag d. 6. september
fredag d. 20. september
fredag d. 4. oktober
fredag d. 18. oktober
fredag d. 1. november
fredag d. 15. november
fredag d. 6. december julebanko
fredag d. 3. januar 2020

Hilsen fra bankoudvalget.

Kom og vær med, vi glæder os til at se jer.

Stadig de samme billige priser: For de første 4 plader er det 10 kr. pr. plade, efterfølgende plader er det 5. kr. pr. plade.



HUSK at meddele adresseændring og nyt telefonnummer til damerne ved velkomstbordet.

Kontingentindbetaling kr. 120.00 pr. måned

Bemærk venligst at der kun er indbetaling de første 3 hverdage i måneden i tiden kl. 9—11 !!

Kan du ikke selv komme i dette tidspunkt, så prøv at få et andet medlem til at lægge ud for dig, eller spørg i forhallen hos de rare damer.

Leder til klubbladet september/oktober 2019

Efter en dejlig ferierejse med 50 deltagere, heraf 23 fra Sløjfen og en super god stemning, gode oplevelser, god og rigelig mad og masser af snak og grin, så er vi nu vendt hjem til endnu en "ny opstart".

Nyt klubblad, nye aktiviteter, nye medlemmer – MEN heldigvis også sådan at en masse af os "gamle og rutinerede" fortsat ønsker at deltage.

Kontinuiteten er sikret – traditioner vil blive holdt i hævd – og alligevel er det altid et friskt pust når der kommer nye stemmer, nye smil, nye fine kommentarer...JO...

Kære nye medlemmer, I er altid velkomne med jeres nye energi. Vi andre bliver frisket op af at møde jer – og det håber vi, at I oplever som gensidigt. Så også kære "gamle" medlemmer: Velkommen igen!

Under ferierejsen tænkte jeg flere gange på, hvor givende og privilegeret det er at møde en sådan optimistisk livsglæde hver morgen – og på vej hjem i bussen besluttede jeg, at det må være mit "fornemme" mål for opstarten her i september, at vi sammen fortsat skaber en sådan livgivende, optimistisk stemning i klubben - og at vi gør det hver dag.

Det lyder måske lidt højtravende...men det er helt ærligt ment – og jeg mener efter denne sommer, at det bestemt er opnåeligt. Det skabes kun af os sammen, med en fælles ansvarsfølelse og engagement i klubben og i fællesskabet.

Så **HJERTE**LIGT **VELKOMMEN** til et nyt berigende efterår, hvor vi alle på hver vores måde bidrager til, at det er en gensidig fornøjelse for **ALLE** at komme i vores klub.

"Overskriften i døren" skal være:

VELKOMMEN – DU ER GÅET RIGTIGT! - Vi glæder os !!

Birthe Kofoed



VIN - TOBAK - KIOSK - TIPS - LOTTO - TRAV - SPILLEMASKINER

"Det lille Vinhjørne"

Med tips og travcafé
Østrigsgade 46, 2300 Kbh. S

Tlf: 32 55 54 13 besøg vor nye spillecafé fax 32 55 54 13

STØRRE VARER UDBRINGES



Alt i Gardiner – Solskærmning – Mørkelægning

BRDR. KROHN v/ Tony Krohn

Øresundsvej 57 - 2300 Kbh. S

Tlf. 32841144

Sundby Sejl

CAFÉ, RESTAURANT
& SELSKABSLOKALER



HUSK BORDBESTILLING
32 59 41 30
info@sundbysejl.dk

Åbningstider:

Mandag-søndag 11:00 - 22:00

Køkken:

Mandag-lørdag 11.00 - 16.00-17.00-21.00

Søndag 11.00 - 15.00-17.00 - 21.00

www.sundbysejl.dk

Amagers bedste vinkort - til prisen!

Café, Restaurant & Selskabslokaler - Amager Strandvej 15, 2300 København S

Velkommen nye medlemmer i Sløjfen

72	Preben	1	Bent	46	Sten
11	Eva	43	Jette		



Kortafdelingen kalder på medlemmer, der har lyst til at producere vores kort til salg. Vi hygger os sammen med en god snak, mens der klippes og klistres. I begyndelsen af september starter vi med at producere jule kort i alm. størrelse og til/fra kort, så vi kan sælge dem til vores julemarked, som i år finder sted søndag d. 24. november. Der kan produceres kort alle hverdage, jeg er ved kortbordet hver tirsdag, så kom og vær med - vi vil glæde os til at se dig.

Kirsten 60

Besøg vor GENBRUGSBUTIK

åbent hver dag, henvendelse ved bordet.

Vi modtager gerne nyere pænt og rent tøj.

Helle og Therese

COPY-PRINT
COPY-PRINT
COPY-PRINT
COPY-PRINT
COPY-PRINT

Jørgen Løngaa

Hollænderdybet 2
2300 København S
Telefon: 32 57 70 18
32 57 92 50
e-mail: post@copy-print.dk
www.copy-print.dk



GLARMESTER

FINN POULSEN S EFTF. v/

Bestyrer Frank Jensen

Mobil: 20 91 50 44

*Amagerbrogade 232 B Tel: 32 55 60 52
2300 København S. Fax: 32 55 60 53*

**Trådbehandling, fjernelse af hår fra ansigtet
og rette øjenbryn.**

Husk at bestille tid i Salon "Sharon"

**Østrigsgade 50
Tlf: 27205413**



Salon "Sharon"

SÆRPRISER TIL PENSIONISTER

DAMEKLIP	KR. 180,-
HERREKLIP	KR. 120,-
VASK OG VANDONDULATION	KR. 150,-
VASK, KLIP, VANDONDULATION/FØN	KR. 300,-
PERMANENT & KLIP + FØN FRA	KR. 500,-

SløjfeNyt september 2019

Aktivitetskalender:

Dato	Tid	Aktivitet	Evt senest tilmeld
02/09	14 - 16	Klubrådsmøde (giv medlemmer dine punkter, hvis der er noget, som du vil have behandlet)	Kun klubråds-medlemmer deltager
03/09	13 - 15 12.30 - 13.30	Kaffeslabberas – strik, hækl eller bare snak sammen. Et godt sted at mødes. Freestyle Zumba starter	
04/09	10 – 11.30 12.30 – 14 13.30 -	KØKKENET ER LUKKET Bordtennis v/ Ralf og Sussie Læsegruppe opstart v/ Lone Bowlingklubben spiller på Lanes og Lounges v/ Annie og Thorbjørn	Tilmeld til Annie (datoer som til danseaften)
05/09	13	Revyhold – opstart og ”optagelsesprøve”	
06/09	10 - 11 12.45 - 15	Meditation – i butik Banko	Åbent Hus
09/09	13 – 14.30	Efter-ferierejsemøde (incl mulighed for kl 11:30 Bøf Stroganof)	05/09
10/09	13 - 15	Kaffeslabberas – strik, hækl eller bare snak sammen. Et godt sted at mødes.	
11/09	10 – 11.30	Medlemsmøde – alle opfordres til at deltage.	Gratis kaffe
12/09		Spring for Livet – København – i Nørrebrohallerne	Åbent Hus. Se opslag
13/09	10-11	Meditation – i butik	

SløjfeNyt september 2019

Aktivitetskalender:

Dato	Tid	Aktivitet	Evt senest tilmeld
14/09		Sundhedsmarkedsdag – på Musiktorvet	
17/09	13 - 15	Kaffeslabberas – strik, hækl eller bare snak sammen. Et godt sted at mødes.	
18/09	10 – 11.30 13.30 -	Bordtennis v/ Ralf og Sussie Bowlingklubben spiller på Lanes og Lounges v/ Annie og Thorbjørn	Tilmeld til Annie (datoer som til danseaften)
20/09	10-11 12.45 - 15	Meditation i butik Banko	Åbent Hus
24/09	13 - 15	Kaffeslabberas – strik, hækl eller bare snak sammen. Et godt sted at mødes.	
25/09	10 – 11.30 13	Bordtennis v/ Ralf og Sussie Workshop – øvelser til forebyggelse og hjælp ift demens	19/09
26/09	17 - 22	Danseaften (tilmeld efter først til mølle)	Start 13/09 – slut 17/09 - Åbent Hus
27/09	10-11 12.30 14 - 18	Meditation Filmklub – kun for Sløjfe-medlemmer Frivillig Fredag – på Amagerbro Torv	
30/09	10 – 12 14 - 16	Lottes tøjsalg Klubrådsmøde (giv medlemmer dine punkter, hvis der er noget, som du vil have behandlet)	Kun klubråds-medlemmer deltager

Klubrådet i Sløjfen



Lederen Birthe K.



Formand Steen.



Næstformand Hanne.



Kasserer Helle.



Bestyrelsesmedlem Peer.



Referent Bodil.



Suppleant Annie.



Suppleant Frank.

Aktivcenter Sløjfen MENUPLAN

Øresundsvej 69, 2300 København S.

Tlf. 32972510



September/Oktober 2019

Med forbehold for ændringer

	Mandag	Tirsdag
2 - 6 september	Tomat suppe	Stjerneskud
9 - 13 september	Bøf Stroganof	Fiskedeller
16 - 20 september	Asparges suppe	Salat
23 - 27 september	Blomkåls suppe	Stegt lever
30 sept. - 4 okt.	Kartoffel suppe m/svampe	Mørbrad
7 - 11 oktober	Klar Suppe	Kyllinge bryst
14 - 18 oktober	Kartoffel porre suppe	Biksemad
21 - 25 oktober	Rodfrugt suppe	Fisk
28 - 31 oktober	Ærte suppe	Kalvehjerter



Onsdag	Torsdag	Fredag
KØKKENET ER LUKKET (MESSE)	Salat	smørrebrød
Salat	Køkkenet lukket	Smørrebrød
Gryderet	Gryderet	Smørrebrød
Salat	Danseaften	Rester
Sløjfens fødselsdag	Rester	Smørrebrød
Forloren and	Fisk	Smørrebrød
Fisk	Stegt flæsk	Smørrebrød
Marineret svinekam	Rullesteg	Smørrebrød
Kalvehjerter	Danseaften	

SløjfeNyt oktober 2019 Aktivitetskalender:

Dato	Tid	Aktivitet	Evt senest tilmeld
01/10	13 - 15	Kaffeslabberas – strik, hækl eller bare snak sammen. Et godt sted at mødes.	
02/10	12 - 16	Sløjfens fødselsdag: God mad, god musik og god stemning Preben Højlund spiller	opslag følger. Pris: 150 kr. tilmelding start d. 30/8 Senest tilmeld 26/09
02/10	13.30 -	Bowlingklubben spiller på Lanes og Lounges v/ Annie og Thorbjørn	Tilmeld til Annie (datoer som til danseaften)
04/10	12,45	Banko	Åbent Hus
07/10	10	Husmøde – Alle er velkomne – opdatering omk dagligdagen	Gratis kaffe
08/10	13 - 15	Kaffeslabberas – strik, hækl eller bare snak sammen. Et godt sted at mødes.	
09/10	9 - 17	Løvfaldstur – går til Nyvang v Holbæk	tilmelding start d. 6/9 Sidste tilmeld 02/10. Pris: 150 kr opslag følger
10/10	14	Julemarkedsmøde – planlægning af aktiviteter og stande. Alle er velkomne til at involvere sig	
11/10	10 - 11	Meditation	
15/10	13 - 15	Kaffeslabberas – strik, hækl eller bare snak sammen. Et godt sted at mødes.	
16/10	11.30 - 16	God middag m efterfølgende country-musik med Bibbi og Snif	pris 120 kr.. Tilmelding start d. 13/9. Senest tilmeld d. 11/10. Opslag følger.
16/10	13.30 -	Bowlingklubben spiller på Lanes og Lounges v/ Annie og Thorbjørn	Tilmeld til Annie (datoer som til danseaften)
18/10	10 - 11	Meditation	
18/10	12.45	Banko	Åbent hus
22/10	13 - 15	Kaffeslabberas – strik, hækl eller bare snak sammen. Et godt sted at mødes.	
23/10	10 – 11.30	Bordtennis v/ Ralf og Sussie	

SløjfeNyt oktober 2019 Aktivitetskalender:

24/10	17 – 20.30	Fælles sangaften v/ Sundby lokalhistoriske forening	Åbent Hus opslag følger Tilmeld senest 18/10
28/10	10 -	Tøjsalg v/ Josephine	
29/10	13 - 15	Kaffeslabberas – strik, hækl eller bare snak sammen. Et godt sted at mødes.	
30/10	12.30	Filmklub – kun for Sløjfe-medlemmer	
31/10	17 -22	Danseaften	Tilmeld fra 18/10 - 22/10 åbent hus

Julebustur til Nisseland og Gerlev kro d. 13/11 - billetsalg starter d. 11/10 (opslag følger)



Nyhed

Det er med glæde, at vi kan fortælle, at Sløjfen har oprettet en bowlingklub.

Vi spiller i bowlinghallen Lanes & Lounges, Astridsvej 2, 2770 Kastrup.

Der spilles 1. og 3. onsdag i måneden fra kl. 13.30 til 14.30. 1. gang er 4 september 2019.

Kontingentet pr. måned er 40,00 kr. om måneden hvis man spiller 1 gang.

Kontingentet pr. måned er 80,00 kr. om måneden hvis man spiller 2 gange.

Leje af sko er 15,00 kr. pr. gang.

Kontaktpersoner: Anni Therkelsen 77

Thorbjørn Egly Pedersen 102

Håber at se jer. Vi er allerede 16 aktive spillere.

Tur til Køge

Onsdag den 12 juni tog en flok medlemmer til Køge. Onsdag er nemlig torvedag, med mange boder med blomster, oste og forskellige spegepølser.

Vi gik rundt og så på butikker og var også nede ved Køge Å, der er et meget idyllisk område.

Vi spiste på en gammel restaurant Christians Minde nogle ude og andre inde.

Så rundt i byen igen, og vi var et par stykker der gik i den lokale kirke Sct. Nicolai. Det var meget interessant, vi fik mange oplysninger af en lokal guide om kirkens alter og udsmykningen af orglet.

Så til kaffedrikning i den meget sjove og pudsige café, hvor alt interiøret er uens.

En rigtig hyggelig og oplevelsesrig dag.

42 Anni

Freiserens Højde - Køge Kirke - Sct.Nicolai



Advarsel: Undgå svindel på internettet

Kære kunde

Vi har i den seneste tid oplevet, at svindlere kontakter vores kunder og udgiver sig for at være fra Coop Bank, politiet, Nets eller Betalings-service. Formålet er at få adgang til dine konti og overflytte evt. indestående til en anden konto.

Vi opfordrer til aldrig at videregive personlige informationer, såsom CPR-nr., NemID, kontonummer eller lign.

Venlig hilsen

Coop Bank

**Kom og få en snak
og en kop kaffe
sammen med Tatiane i salen.**



**Sanne
passer "bordet"
hjælper også i køkkenet
og er alle vegne.**



136 Sanne Petersen

ADVARSEL

Hvis du har et rejsekort der automatisk bliver opfyldt med 300 kr. og du får et NYT VISA/DANKORT så vær opmærksom på at du skal ændre betalingskort. Ellers vil du opleve at der ikke er flere penge på rejsekortet og så får du en bøde.

Hilsen 42 ANNI



og



Modtager kontingent de første 3 hverdage i måneden.

Ketty er også i bankoudvalget.

Susanne fører medlems statestik.

STAVGANG

Det var en super hyggelig dag, det blev lidt anderledes, men det behøver ikke altid at være det samme, vi har det jo super selvom det regner eller sner, vi finder altid den gode stemning frem og maden er perfekt, så tak til Steen fordi han tager initiativ til vores Dragør tur...hvert år...

KNUS HELENA (39)

FASTE AKTIVITETER

FASTE AKTIVITETER			
ALLE DAGE	KORTKLIP-BILLARD-PC-SYNING-KORTSPIL		
MANDAG	PILATES/STOLEGYMNASTIK	10.15-11.30	BET.
	COMPUTERHJÆLP	10.00-12.00	FLEMMING WIN10 og ANETTE MAC
	MOTION	12.00-13.30	BET.
	MOTION	13.30-15.00	BET.
	BOWLING/WII SPIL	12.30-14.00	BENT K.
	AKRYLMALING	10.00-14.00	BODIL
	PRÆMIE WHIST	12.00-14.00	HANNE R.
TIRSDAG	DART	10.00-11.00	JENS
	STRIKKEKLUB	13.30- 15.00	KETTY
	STAVGANG	10.00-11.00	STEEN
	ZUMBA/GYMNA	12.30-13.30	DANY
ONSDAG	BORDTENNIS	10.00 - 11.30	RALF
TORSDAG	PORCELÆNSMALING	10.00-14.00	BODIL
	STAVGANG	9.00-11.00	STEEN
FREDAG	AFSPÆNDING/MEDITATION	10.00-11.00	B.K.
1. og 3. fredag	BANKO	12.45	BANKOUDVALGET
STATISTIK		SUSANNE HØJLUND	
REDAKTION		FLEMMING, TENNA m.fl.	
KORREKTURLÆSNING		SANNE	
TRYK		SLØJFEN	

ARBEJDSPLAN KØKKENET



Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Frank	Frank	Frank	Frank	Lotte
Irena	Lis	Lise	Thor- bjørn	Rita
		Hanne	Sanne	



Køkkenhjælpere: Therese + Sanne + Lis + Birthe K.

Klinik for Fodterapi



Er dine fødder "sure"
- Så gør vi dem glade



Italiensvej 14
2300 Kbhs. S
Tlf. 32 59 98 35

Tur til Hundested

Vi var 9 personer der tog toget til Hundested. Solen skinnede og der var smukke skyer på himlen. På vejen kom vi forbi skove, marker, søer og fjorde. Det nord-sjællandske landskab er meget varierende og så smukt at man bliver så glad i sjælen. Vi skulle op og se SAND-SKULPTURER, disse var placeret ved havnen.

Skulpturerne var utroligt flotte og meget varierende. Smukke kvinder, uhyrer og bl.a. Babelstårnet som var særdeles detaljeret. Vi undredes over at regnen ikke havde ødelagt figurerne, men et skilt oplyste om, at sandet var iblandet ler, og det var under stort tryk, så leret dannede en hinde, så regnen blot løb af.

Der var også figurer indendørs i en hal. Temaerne var børnesange bl.a. "En elefant kom marcherende, hen ad edderkoppens fine spind" og "Den lille Ole med paraplyen". Især børnene var meget begejstrede for denne afdeling.

Da vi var færdige, gik vi hen og fik noget dejlig mad på en restaurant. Vi hyggede os rigtigt.

Alt i alt havde vi en interessant og hyggelig dag.

42 ANNI



FODBEHANDLING

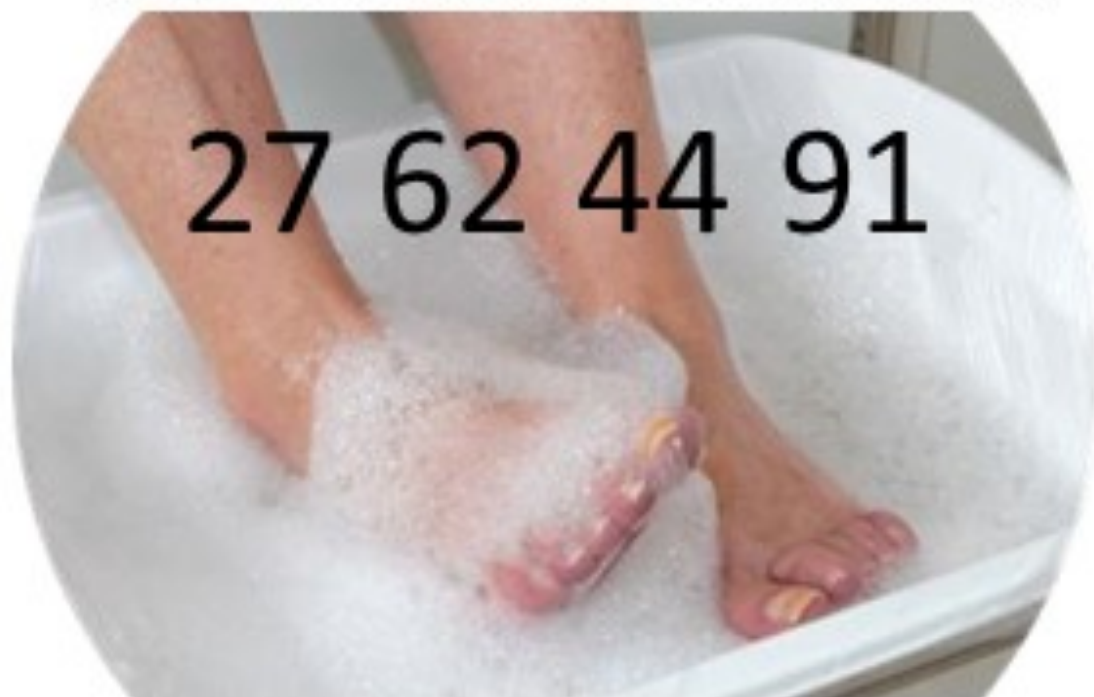
Ved lægeeksamineret fodplejer

Pia Albæk

Øresundsvej 102

Pris pr behandling 375 kr.

- Kun et skridt fra sundere fødder-



Pensionister kan ansøge om et udvidet
helbredstillæg på op til 85 % hos kommunen.