

# SENIORKLUBBEN

2. HALVÅR 2019 - 1. HALVÅR 2020



**FOA**

SAMMEN  
GØR VI FORSKELLEN

FOA  
FREDERIKSHAVN

## SENIORKLUBBEN

**VELKOMMEN** til "Den tredje alder" hvad enten du er efterløner, førtidspensionist eller folkepensionist. Det er svært at gå fra et aktivt arbejdsliv, til nu selv at kunne bestemme over hele din dag. Det er meget naturligt, men du har stadig et liv, der skal leves og samtidig være indholdsrigt.

Vi er klubben, der giver dig en aktiv tilværelse og **KUN DU SELV** bestemmer, om du vil deltage.

Vi er mange der har prøvet at stå i sammen situation og vi er ligeså mange, der siger: **Brug dog denne mulighed!** Her i FOA's Seniorklub, vil vi gerne se dig til vores arrangementer, som kan være: Foredrag, udflugter eller selskabelige sammenkomster.

Normalt har medlemmer mulighed for at tage ægtefælle eller samlever med, dog ikke til generalforsamling.

**På generalforsamlingen 2017, blev det bestemt, at alle medlemmer må tage en ledsager, nabo, ven eller anden relation, med til klubbens arrangementer.**

For at blive medlem, af FOA's Seniorklub, skal du bevare dit medlemskab i forbundet.

**Årsprogrammet for 2. halvår 2019 og 1. halvår 2020** sidder du nu med i hånden. Programmet kan hentes i afdelingen, eller findes på hjemmesiden [www.foa.dk/frederikshavn](http://www.foa.dk/frederikshavn).

### **Tilbud og Rabatter, også til dig som seniormedlem**

Som seniormedlem har DU også adgang til alle de mange medlemsfordele bl..a.:

- Betaling af op til 5 behandlinger hos fysioterapeut/kiropraktor pr. kalenderår.
- **Lokale RABATAFTALER**, hvor du får rabat på alt lige fra blomster, vin, restaurations- og grillmad, maling og meget andet. Se mere på de sidste sider.
- Du kan købe billetter til en fordelagtig pris til Rock, Cirkus Arena, tage børn/børnebørn med til kæmpe juletræsfest og meget, meget andet.



**Vi håber snart vi ser dig, til nogle af de mange fornøjelige aktiviteter for seniorer i FOA Frederikshavn.**

**Ret til ændringer forbeholdes.**

Med venlig hilsen

*Ingrid Hansen*

Ingrid Hansen, Seniorklub formand

# PROGRAM - 2. halvår 2019

Tirsdag den 13. august kl. 14.00

## Bankospil

Bankospil med sidemandsgevinster

Tilmelding: senest 6. august.

Pris: for medlemmer kr. 50,- ikke medlemmer kr. 60,-

inkl. 3 plader, samt kaffe/the og brød.



Tirsdag den 10. september

## Udflugt - Ud i det blå.

Vesløs Kro, her serveres varm mad, to retter, eksklusive drikkevarer.

Thorup Strand (Gutterne på kutterne) samt et smut forbi Svinkløv Badehotel. Sidst men ikke mindst, kaffe og æblekage, på Slettestrand Hotel.

### Opsamling

Sæby Circle K (Shell)	9:15
Brugsen L.P.Houmøllers vej	9:35
Abildgård Kirke	9:45
FOA	10.00

Tilmelding: senest den 3. september.

Betaling ved tilmelding. Tilmeldingen er bindende.

Pris: kr. 225,- for medlemmer og 250,- for ikke medlemmer.



**Tirsdag den 8. oktober kl. 13.00**

**Fest med dans og sang**

Hansen trio + 1 kommer og underholder, husk danseskoene og det gode humør. Der er mulighed for dans og syng sammen.

Festmad med 1 glas vin, 1 øl, eller en vand.  
Der bliver Amerikansk lotteri.

Tilmelding senest den 1. oktober

Pris.: kr. 150,- ikke medlemmer kr. 195,-



## Tirsdag den 12. november kl. 14.00

### **Foredrag**

Foredrag om politiarbejdet på Øst Grønland v/Finn Larsen  
Inkl. kaffe og brød.

Tilmelding senest den 5. november

Pris.: kr. 50,- ikke medlemmer kr.60,-

## Tirsdag den 10. december kl. 13.00

### **Juleafslutning**

Julehygge, kom og nyd dejlig julemad med en øl/vand eller vin.  
Der vil være amerikansk lotteri, med fine gevinster.

Bindende tilmelding, senest den 3. december.

Pris.: kr. 65,- ikke medlemmer kr. 85,-



# PROGRAM - 1. halvår 2020

## Tirsdag den 21. januar kl. 14.00

### **Banko**

Bankospil med fine gevinster og sidemandsgevinster.

Tilmelding senest 14. januar.

Pris: kr. 50,- ikke medlemmer  
kr. 60,- for 3 plader, samt  
kaffebord med blødt brød.



## Tirsdag den 18. februar kl. 14.00

### **Hjerteforeningen**

Spændende foredrag om  
Hjerteforeningen v/  
Jørgen Christensen

Der serveres kaffe og  
brød.

Tilmelding senest den 11. februar

Pris: kr. 50,- ikke medlemmer kr. 75,-



**HJERTE**  
FORENINGEN

## Tirsdag den 10. marts kl. 13.00

### **Generalforsamling**

Seniorklubbens generalforsamling. Der serveres en varm ret, samt en øl/vand/vin. Klubben er vært med forplejning.

Tilmelding senest den 3. marts – kun for medlemmer.

## Tirsdag den 21. april kl. 14.00

### **FOREDRAG**

Fra Sygeplejerske til Borgmester v/ Borgmester Birgit Hansen

Tilmelding senest 7. april

Pris: kr. 50,- ikke medlemmer kr. 60,- Inkl. kaffe og brød.

## Tirsdag den 12. maj kl. 14.00

### **FOREDRAG**

Faglige Seniorers arbejde v/ Cai Møller. Der serveres kaffe og brød.

Tilmelding senest den 5. maj

Pris: kr. 50,- for medlemmer og kr. 60,- for ikke medlemmer

Tirsdag 16. juni

**Sommerudflugt – sæt X i kalenderen**

Mere herom senere.







Jytte Jensen  
Næstformand  
Mobil: 22 86 31 61



Ingrid Hansen  
Formand  
Mobil: 24 66 66 71

Ingrid, Jytte og den øvrige bestyrelse træffes i FOA Frederikshavn fra kl. 10.00-12.00 på arrangementernes sidste tilmeldingsdag.

# Lokale FOA-rabatter og fordele

- *Vis dit FOA-kort og få rabat*



Bobbyline Læsø	10 % ( <a href="http://www.bobbyline.dk">www.bobbyline.dk</a> )
Malernes Lagersalg Læsø	10 %
PH Clinic Læsø	10 %
Farvebøtten Frederikshavn	20% (omfatter ikke tilbudsvare)
Blomsterværkstedet Skagen	10 % (gælder ikke vin, chokolade samt Interflora)
Fysioterapeut og kiropraktor	(Op til 5 behandlinger om året - dog max kr. 1702,-)
Dansk Bilglas, Frederikshavn	10%
VINOBLE Frederikshavn	10 % på alt i butikken, også på tilbud
Advokat Ole Kildeby	Gratis advokatrådgivning
Synoptik	10 %
Gitte Butik - Aloe Vera Forever	20 % (ved forevisning af LO-Plus medlemskort)
Læsø Helseklinik	10% Kostvejledning, zoneterapi, fysiurgisk massage
Hypnoterapeuten <a href="http://www.ditegetliv.dk">www.ditegetliv.dk</a>	(Gratis konsultation – de efterfølgende til halv pris)
Rosen-zone	20% v/ Zoneterapeut Karin Rosendal Jensen

Se mere på FOA Frederikshavns hjemmeside [www.foa.dk/frederikshavn](http://www.foa.dk/frederikshavn)

# SENIORKLUBBEN



Seniorklubbens bestyrelse anno 2019-2020

Fra Venstre: Alice Lassen, Ingrid Pedersen, Bodil Quick,  
Jytte C. Jensen og Ingrid Hansen

Ingrid Hansen, seniorklub formand

Jytte C. Jensen, seniorklub næstformand

Bodil Qvick, bestyrelsesmedlem

Alice Lassen, bestyrelsesmedlem

Ingrid Pedersen, bestyrelsesmedlem

Norma Mølgaard, 1. suppleant

Anne Lise Filtenborg, 2. suppleant



FOA  
FREDERIKSHAVN

**Frederikshavn \* Læsø \* Skagen \* Sæby**

Constantiavej 35 \* 9900 Frederikshavn \* telefon 46971170  
mail: [frederikshavn@foa.dk](mailto:frederikshavn@foa.dk) lokal hjemmeside: [www.foa.dk/frederikshavn](http://www.foa.dk/frederikshavn)