

# Seniorklubben 2022

**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 lige så 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 2022**, 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

**Bodil Qvick**

Seniorklub Formand

## **PROGRAM 2022**

[Onsdag den 5. januar kl. 14.00](#)

### **Bankospil**

Bankospil med fine gevinster

Kaffebord inkl. 3 bankoplader

Medlem kr. 60,- ikke medlem kr. 75,-

Tilmelding: senest 28. december 2021



[Torsdag den 3. februar 2022 kl. 14.00](#)

### **Ældresagen**

Foredrag med ældresagen

Kaffebord – medlem kr. 60,- ikke medlem kr. 75,-

Tilmelding: senest den 27. januar 2022

**Ældre**  **Sagen**

[Torsdag den 3. marts 2022 kl. 13.00](#)

### **GENERALFORSAMLING**

Der serveres lun ret, kaffe og småkager

Tilmelding: senest den 23. marts 2022

[Onsdag den 6. april 2022 kl. 14.00](#)

### **Foredrag**

Borgers og ældres rettigheder

v/ én fra Frederikshavn Kommune 😊

Kaffebord – medlem kr. 60,- ikke medlemmer kr.75,-

Tilmelding senest den 1.april 2022

### Torsdag den 5. maj kl. 14.00

#### **Hjerteforeningen**

Spændende foredrag med og om Hjerteforeningen

Kaffebord – medlem kr. 60,- ikke medlem kr. 75,-

Tilmelding: senest den 28. april 2022



### Juni

Sommerudflugt – meget mere herom senere



### Tirsdag den 2. august kl. 14.00

#### **Banko**

Bankospil med fine gevinster

Amerikansk lotteri i pausen 4 numre kr. 10,-

Kaffebord med tre plader medlem kr. 60,- ikke medlem kr. 75,-

Tilmelding: senest den 2. juli 2022



**HUSK:**

Al tilmelding foregår **mellem kl. 16.00-17.00** til formand Bodil Quick  
tlf. 71727585



Tirsdag den 6. september kl. 14.00

**Modeopvisning**

SHE Frederikshavn – Mode til lækre kvinder  
Søndergade 2, 9900 Frederikshavn

*Der kan selvfølgelig købes tøj fra de udstillede varer.*

Kaffebord – medlem kr. 60,- ikke medlem kr. 75,-

Tilmelding: senest den 1. september 2022



Tirsdag den 4. oktober kl. 13.00

**FEST og farver, musik og varm mad**

Musik v/ Søren Seerup – husk godt humør og dansesko

Medlem kr. 160,- ikke medlem kr. 185,-

Tilmelding: senest den 27. september 2022



Tirsdag den 8. november 2022

MATAS

Foredrag om Matas-produkter

Mulighed for at prøve forskellige produkter

Salg af varer

Kaffebord – medlem kr. 60,- ikke medlem kr. 75,-

Tilmelding: senest den 1. november

**matas**

[Tirsdag den 6. december](#)

## JULEFROKOST

Julefest med musik og dans + øl, vand og vin

Medlem kr. 160,- ikke medlem kr. 185,-

Tilmelding: senest den 1. december 2022



## Seniorbestyrelsen 2021/2022

Formand: Bodil Qvick 71727585

Næstformand: Jytte Jensen 22863161

Bestyrelsesmedlem: Annelise Filtenborg

Bestyrelsesmedlem: Birte Petersen

Bestyrelsesmedlem: Ingrid Pedersen

1. Bestyrelsessuppleant: Gunver Køhler

2. Bestyrelsessuppleant: Lissi Bregnhøj

## 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> )
Qvick Farvebøtten Fr. Havn	20% (omfatter ikke tilbudsvarer)
Blomsterværkstedet Skagen	10 % (gælder ikke vin, chokolade samt Interflora)
Fysioterapeut og kiropraktor	(Op til 5 behandlinger om året - dog max kr. 1738,-)
VINOBLE Fr. havn	10 % på alt i butikken, også på tilbud
Advokat Ole Kildeby	Gratis advokatrådgivning
Læsø massage	10% Kostvejledning, zoneterapi, fysiurgisk massage
Rosen-zone	20% v/ Zoneterapeut Karin Rosendal Jensen

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