

# Seniorklubben 2023

**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 2023**, 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 Pedersen**

Seniorklub Formand

# PROGRAM 2023

[Tirsdag den 3. januar 2023 kl. 14.00](#)

## Bankospil

Bankospil med fine gevinster

Kaffebord inkl. 3 bankoplader

Medlem kr. 50,- ikke medlem kr. 75,-

Tilmelding: senest 28. december 2022



[Torsdag den 2. februar 2023 kl. 14.00](#)

## Bangsbo

Foredrag med Erik Christensen

Kaffebord – medlem kr. 50,- ikke medlem kr. 75,-

Tilmelding: senest den 27. januar 2023



[Torsdag den 2. marts 2023 kl. 13.00](#)

## GENERALFORSAMLING

Der serveres lun ret, kaffe og småkager

Tilmelding: senest den 23. februar 2023

[Tirsdag den 4. april 2023 kl. 14.00](#)

## Syng sammen

Kaffebord – medlem kr. 50,- ikke medlemmer kr.75,-  
Hansen Trio + 1

Tilmelding senest den 28. marts 2023



### Onsdag den 3. maj 2023 kl. 14.00

#### **Banko**

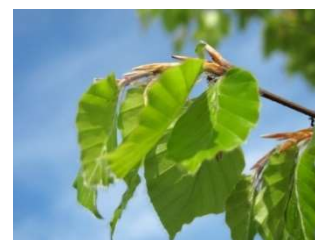
Kaffebord inkl. 3 bankoplader- medlem kr. 50,- ikke medlem kr. 75,-

Tilmelding: senest den 28. april 2023



### Juni 2023

Sommerudflugt – meget mere herom senere



### Juli 2023

Ferie

### Torsdag den 3. august 2023 kl. 14.00

#### **Banko**

Bankospil med fine gevinster

Amerikansk lotteri i pausen 4 numre kr. 10,-

Kaffebord med tre plader medlem kr. 50,- ikke medlem kr. 75,-

Tilmelding: senest den 25. juli 2023



HUSK:

Al tilmelding foregår **mellem kl. 16.00-17.00** til formand Ingrid Pedersen tlf. 22759367

**Torsdag den 5. september 2023 kl. 14.00**

**Hospice**

Kaffebord – medlem kr. 50,- ikke medlem kr. 75,-

Tilmelding: senest den 1. september 2023



**Tirsdag den 5. oktober 2023 kl. 13.00**

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

Medlem kr. 125,- ikke medlem kr. 175,-

Tilmelding: senest den 26. september 2023



**Tirsdag den 7. november 2023 kl. 14.00**

Grønland

Foredrag, politi v/ Finn Larsen

Kaffebord – medlem kr. 50,- ikke medlem kr. 75,-

Tilmelding: senest den 1. november 2023



**Tirsdag den 5. december 2023 kl. 13.00**

JULEFROKOST

Julefest med musik og dans + øl, vand og vin

Medlem kr. 125,- ikke medlem kr. 175,-

Tilmelding: senest den 24. nov. 2023



# Seniorbestyrelsen 2022/2023



Formand:	Ingrid Pedersen	mobil:22759367
Næstformand:	Jytte Jensen	mobil:22863161
Bestyrelsesmedlem:	Annelise Filtenborg	
Bestyrelsesmedlem:	Lissi Bregnhøj	
Bestyrelsesmedlem:	Birte Petersen	
1. Bestyrelsessuppleant:	Gunver Køhler	



# 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. 1821,-)
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

## Plusfordele.



*Som medlem af FOA får du automatisk adgang til fordelsprogrammet Pluskort – helt gratis*

*Pluskort er et kombineret medlems-, fordels- og rabatkort, og med det i hånden har du adgang til rabatter og fordele i mere end 1.300 butikker og webshops landet over.*

*Dit pluskort er tilgængeligt i pluskortappen, som du kan hente via Google Play og App Store.*

*Med appen får du også overblikket over alle rabataftaler nær dig, nyheder om særlige rabatter og information om alt fra lokalafdelinger til medlemsservice vedrørende din fagforening*



**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)