



OK-KLUBBEN

KØBENHAVN/FREDERIKSBERG

2-HALVÅR 2024

FORELØBIG

BLAD

www.ok-frederiksberg.dk



Åbningstider Tirsdag til fredag kl. 10.00 til 15.00

Telefontid Tirsdag til fredag kl. 10.00 til 14.00

Bank konto Nykredit, Reg. nr. 5476 knt 7019281

Billetsalg 2 halvår .. ***Onsdag 7. august 2024 kl. 10.00***

Bladudgivelse Vores program udkommer 2 til 4 gange om året. Programmet kan læses på hjemmesiden. Det ligger også på rådhuset, sundhedscentre og store biblioteker.

Medlemskab 500 kr. årligt, eller 275 kr. halvårligt

Hjemmeside www.ok-frederiksberg.dk

Facebook www.facebook.com/okogkram

Juridisk rådgiv Den første tirsdag i hver måned har vi gratis advokatrådgivning i OK-Den Gule Villa fra kl. 10.00 til kl. 12.00 – husk der skal bestilles tid i receptionen. **Helene Vangsted** hjælper med juridiske spørgsmål inden for familie-, arve- og boligforhold.

Blad: Redaktør: Anne Marie Boalth

Trykkeri: Degn Grafisk A/S

Ret til ændringer i arrangementer forbeholdes.



Formål OK-organisationens formål er, på upolitisk grundlag, at støtte og udføre arbejde inden for ældregruppen, bla. med grundlag i socialt arbejde og virksomhed med henblik på at forbedre de ældres forhold og livskvalitet

Postadresse:..... Dirch Passers Allé 2, 2000 Frederiksberg

E-mail administration@ok67.dk

Telefon..... 33 21 63 61

Aktiviteter Foredrag, underholdning, spisning, litteratur, motion, billedkunst, strikning, samvær og mødested

Frivillige..... **Du er altid velkommen til at blive frivillig i OK. Kom og tal med os om mulighederne.**

Arrangementer..... Døren åbnes **1/2 time**, før et arrangement starter, med mindre andet er oplyst.

CVR-nummer12618514



I Danmark findes der ca. 30 OK-Klubber med flere tusinde medlemmer.

"O" for Omsorg, "K" for kultur.

OK-Klubben København/Frederiksberg blev stiftet tilbage i oktober 1967 af Thea Brank og Arne Ginge og er en selvejende organisation, der drives som en "non profit forening".

Det betyder, at de penge der kommer ind, også bliver brugt igen på klubbens medlemmer, der typisk er borgere, som har passeret de 65 år. Men alder er ingen hindring for medlemskab.

I OK-Klubben har vi en helt speciel ånd, for her er alle lige vigtige, og vores frivillige behandler alle ens – nemlig godt!

Vi gør, hvad vi kan for at have et varieret udbud af tilbud til vores mange medlemmer, men gode råd og ønsker er altid velkommen.

Vi har vores eget hus – OK-Huset, på Dirch Passers Alle 2, 2000 på Frederiksberg. Stort set alle vores tilbud tager udgangspunkt i dette hus.

Alt dette kan man læse nærmere om i OKs blad, der udkommer 2 til 4 gange årligt, eller man kan henvende sig i vores reception, hvor en frivillig altid gerne vil oplyse mere. I det daglige hjælper vores frivillige medlemmer til rette, så du kan føle dig tryk. .

Ønsker du at blive medlem, sker det ved personlig henvendelse eller ved at indbetale kr. 300,- kr. til **Nykredit — Reg.nr. 5476 — Kto.nr. 7019281**

På dette kontonummer eller ved besøg i OK-Huset kan du også forny dit medlemskab, hvis det er ved at udløbe.

Vi glæder os til at byde Dig velkommen i OK-Klubben.



**Billetsalg onsdag den 7. august 2024
kl. 10.30**

Billetsalget starter kl. 10.30, og vi åbner døren kl. 10.00 - her vil numre blive uddelt, så ingen bliver snydt, og som altid vil der på dagen være frisk kaffe og en varm sneagl for kun 20,00 kr.

Hvis man skulle blive forhindret i en aktivitet, kan købte billetter mod et gebyr på kr. 50,00 tilbageleveres til OK senest 7 dage forud for et arrangements afholdelse.

Vores program dækker over de sidste 5 måneder af 2024, det har vist sig at være det vore medlemmer ønsker sig.

Hold i øvrigt øje med vores hjemmeside ,eller tilmeld dig vores **Nyhedsbrev**, som udsendes jævnligt, for nye tiltag. ved henvendelse til de frivillige på vores kontor i OK-Huset.

Stor Banko

8. august kl. 10.30
Pris 125,-

Så er det tid til Stor Banko, ikke mere noget med at drive den af i det dejlige sommerland, nej nu skal der tjenes penge.

Ulla og Anne Marie er jeres banko værtinder og sørger for en festlig dag.

Der er 3 plader med i prisen, men Ulla sælger gerne flere, ligesom der sælges amerikansk lotteri.

Omkring kl. 12.00 serveres en let frokost og en kop kaffe.



Sensommerfest
15. august kl. 12.00
Pris 225,-

Velkommen til en forsinket sommerfest, for sådan en hører sommeren til.

Vi starter dagen med en laksemad, smurt af Benjamin, hvortil der serveres et glas vin.

Derefter 1 kop kaffe med en lille kage.

Nu kommer Benjamin og Kim på banen, de vil underholde med kendte sommer sange, og syng endelig med så højt du kan Pris kr. 225,-



Søndags Matine Med Søndags Sangere



25 August
KL. 14 - 17

Værtinde Zofia Pianist Lars Emil
Har du en sang på hjertet
Kom og syng med husk! noder

Bustur til Præstø 29. august kl. 10.00 Pris 300,-

Sæsonen første bustur går til Præstø, der er en af Danmarks mest charmerende byer.

Præstø var tidligere en selvstændig kommune og tilmed amtshovedstad, men brand, krig og tidernes ugunst har både være en hæmsko og en fordel for byen, der i dag en del af Vordingborg Kommune. Således gik meget af udviklingen i 1900-tallet forbi Præstø, der både mistede sin selvstændighed og status som amtshovedstad. Men netop derfor er byen utrolig velbevaret med små gade med toppede brosten og charmerende huse.

Indbyggertallet er under 4000, men Præstø har de fleste af de ting, men kan forvente af en by i provinsen: biograf, et godt handelsliv og masser af kultur.

Vi starter turen på havnen og passerer bl.a. Pakhus 8. Herfra går det videre til hovednerven i Præstø: Adelgade med bl.a. det gamle rådhus. Vi slutter af med en godbid længere nede i Adelgade, før turen går hjemad.

Vi er hjemme ca. kl. 16. - Turleder Michael Engelbrecht



Stor Banko

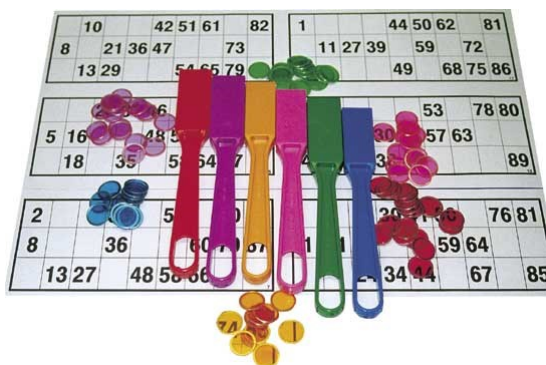
5.september kl. 10.30
Pris 125,-

Så er det igen tid til Stor Banko, Ulla og Anne Marie er jeres banko værtinder og sørger for en festlig dag.

Der er 3 plader med i prisen, men Ulla sælger gerne flere, ligesom der sælges amerikansk lotteri.

Omkring kl. 12.00 serveres en let frokost og en kop kaffe.

Vi slutter ca. 14.30



At have sin rod i egen jordbund.

12.september kl. 10.30

Pris 125,- eller

300,- for alle 3 foredrag

Pontoppidan og H.C. Andersen

I denne foredragsserie på i alt tre gange, vil vi behandle temaerne i 3 romaner, og også tage afstikkere til

- * **Grundtvig i foredraget om Det Forjættede Land (d.12/9)**
- * **H.C. Andersen i foredraget om Lykke-Per (.d.17/10)**
- * **Søren Kierkegaard i foredraget om De Dødes Rige (d.21/11)**, som Pontoppidan fik nobelprisen for i 1917, selvom man sagde det var for hele forfatterskabet.
- *

Han delte den med Karl Gjellerup, som alle har glemt, men Pontoppidan læses stadig og lever i bedste velgående. Kom selv og hør, hvorfor! Pontoppidan var en alvorlig mand, men også en humoristisk mand, så jer, der kender mig fra den humoristiske kant, når jeg har underholdt som sanger i OK67-klubben, kan også godt glæde jer, for det bliver som altid med netop humor og kant. Vi ses til efteråret.



*Benjamin Lundberg; Sproglig Student, Ishøj
Amtsgymnasium*

*Cand.Mag i Diakoni med speciale om
Henrik Pontoppidan
fra Aarhus Universitet*

Tilknyttet bestyrelsen i Pontoppidan Selskabet

Bustur til Sorø

19. september kl. 10.00

Pris 300,-

OK Klubben var for en del år siden på en rigtig god tur til Sorø, og nu er muligheden der igen for både nye medlemmer og de gamle, der gerne vil have frisket historierne lidt op.

Byen rummer bl.a. Sorø Akademi og Klosterkirken. Torvet, Storgade og Alléen er hovedstrøg med butikker og institutioner.

Sorø er spækket med historie. Byen ligger i hjertet af Skjalm Hvide og hans efterkommers magtområde. Biskop Absalon er således begravet i Klosterkirken. I 1300-tallet blev den gravkirke for kongeslægten, og bl.a. Christoffer 2., Valdemar 4. Atterdag og Oluf 2. ligger begravet her. I 1412 blev også Margrete 1. bisat her, men året efter "stjålet" og flyttet til Roskilde Domkirke.

Uden for kirken ligger den kendte forfatter og digter B.S. Ingemann begravet. Han er mester for nogle af Danmarks mest kendte sange og salmer, som stadig er meget populære, f.eks. I sne står urt og busk i skjul, Stork! stork! Langeben, Nu titte til hinanden de fagre blomster små, Nu vågne alle Gud fugle små, I østen stiger solen op og Lysets engel går med glans.

Mange af husene i Sorø står som i H.C. Andersens tid. Der er således flere bindingsværkshuse fra begyndelsen af 1600-tallet, og Sorø Kunstmuseum har til huse i en fredet ejendom, opført 1832-34, nær torvet.





Underholdning
26. september kl. 11.30
Pris ??

Stor Banko

3. oktober kl. 10.30

Pris 125,-



Så er det igen tid til Stor Banko, Ulla og Anne Marie er jeres banko værtinder og sørger for en dejlig dag.

Der er 3 plader med i prisen, men Ulla sælger gerne flere, ligesom der sælges amerikansk lotteri.

Omkring kl. 12.00 serveres en let frokost og en kop kaffe.

Vi slutter ca. 14.30

Hundested Sandskulptur Festival

10. oktober kl. 10.00

Pris 300,-

Mere end 700.000 besøgende har gennem årene sat deres fodaftryk i sandet omkring de fascinerende kunstværker på Hundested Sandskulptur Festival, der afholdes for 13. år i træk.

Festivallen er startet med ønsket om at skabe en attraktion, der kan skabe liv på den lokale havn - med udikig til verden. Oplev verdens førende kunstnere skabe nye gyldne kunstværker i sand, sand og atter sand. Hundested Havn Ved indsejlingen fra Kattegat til Isefjord og Roskilde.

Vi kører fra klubben kl. 10.00 direkte til Festivallen, her får vi et lille foredrag inden du selv kan gå rundt og se udstillingen.

Herefter serveres en sandwich inkl. en øl/vand.

Tro og overtro årets tema

Mennesket har alle dage haft tro og overtro som rettesnore i livet. Fortællinger spundet af visdom og morale har lydt omkring bålet siden tidernes morgen, ombord på søfarenes skibe og på de store lærreder. Vi søger fællesskab omkring værdier, der kan give os ro og retning.



Vi beregner at være hjemme omkring kl. 16.00



At have sin rod i egen jordbund.

17. oktober kl. 10.30

Pris 125,-

Pontoppidan og Grundtvig

Temaet løber som en rød tråd gennem hele Pontoppidans forfatter-skab, og altså også i *Lykke-Per*, som var skrevet på trods mod H.C. Andersen, og hans opfattelse, som vi møder i fx **Den Grimme Æl-ling**, der bliver til en svane, trods at være opvokset i en hakkeor-den. Pontoppidan troede ikke på den slags, han troede på, at "stækkede vinger" altid vil få en konsekvens.

Henrik Pontoppidan, der vandt nobelprisen i litteratur - og nok er mest kendt for **Lykke-Per**, som blev filmatiseret for ganske nyligt, levede efter anskuelsen om, at det er bedst have sin rod i egen jord-bund. Vendingen refererer til, at man ikke kan være noget for andre, førend man kender til sig selv, og kan være noget for sig selv.

*Benjamin Lundberg; Sproglig Student, Ishøj Amtsgymnasium
Cand. Mag i Diakoni med speciale om Henrik Pontoppidan*

fra Aarhus Universitet

Tilknyttet bestyrelsen i Pontoppidan Selskabet





???

24. oktober kl.

Pris ,-



Halloween
31. oktober kl.
Pris ???

Stor Banko

7. november kl. 10.30
Pris 125,-

Så er det igen tid til Stor Banko, Ulla og Anne Marie er jeres banko værtinder og sørger for en festlig dag.

Der er 3 plader med i prisen, men Ulla sælger gerne flere, ligesom der sælges amerikansk lotteri.

Omkring kl. 12.00 serveres en let frokost og en kop kaffe.

Vi slutter ca. 14.30





Jule bustur?
14. november kl. 10.00
Pris ??



At have sin rod i egen jordbund.

21. november kl. 10.30

Pris 125,-

Pontoppidan og Søren Kierkegaard

I en mindre kendt roman af Pontoppidan behandles netop dette tema, en historie, der er omvendt af Lykke-Pers, der rejser fra landet indtil byen, for at omgås de rige og indflydelsesrige. Emanuel Hansted i **Det Forjættede Land** tager den omvendte rejse, og rejser fra sit rige barndomshjem ud på landet for at være noget for de fattige. Det viser sig dog, at han fuldkommen glemmer sig selv, og det får fatale følger, da han ikke kan være noget for de udsatte, fordi han glemmer at være noget for sig selv.

Altså anså Pontoppidan det for naturligt, at alle søger at udvikle sig, og at alle søger at vokse og gro, akkurat som en plante og som bekendt kan planter ikke alene lide af misvækst, de kan ligefrem dø i den forkerte jordbund, og dø, hvis man vander dem for lidt, eller vander dem for meget.


*Benjamin Lundberg; Sproglig Student, Ishøj Amtsgymnasium
Cand. Mag i Diakoni med speciale om Henrik Pontoppidan*

fra Aarhus Universitet

Tilknyttet bestyrelsen i Pontoppidan Selskabet



Julefrokost
21. november kl. 11.30
Pris 225,-

The background of the entire page is a festive Christmas scene. It features various hanging ornaments: a white snowflake, a silver ball, a pine cone, a red bow, a silver glitter ball, a white ball, a red clock face, and another silver ball. A small Santa Claus figure carrying a gift bag is also visible. The background is a soft, bokeh-style light with white and gold sparkles.

Jule Banko
5. december kl. 10.30
Pris 150,-

Nu er det jul igen og vi skal spille banko med julegaver. Kom og vær med og gerne iklædt jule tøj af en art.

Der er 3 plader med i prisen, men Ulla sælger gerne flere, ligesom der sælges amerikansk lotteri.

Omkring kl. 12.00 serveres en let jule frokost og en kop kaffe.

Vi slutter ca. 14.30



Julemiddag
21. november kl. 11.30
Pris 250,-



Hver uge har vi **faste arrangementer**, heraf er nogen gratis når kontingentet er betalt og andre grupper har valgt at lægge

- Mandage** **Seniordans** Vi danser danske og internationale danse, der kan udføres af folk i alle aldre og der kræves ingen partner. Det koster kr. 20,- pr gang, som betales til lederen.
Leder: Jette Andersson 13.00 - 14.45
- Tirsdage** **Hyggebanko**, tre plader koster kr. 75
Ekstra plader koster kr. 10,- stykket.
Gevinsterne er gavekort, så kom og prøv.
Værter: Henning og Linda 10.30 - 13.30
- Onsdage** **Qi-Gong**, Du lærer at bruge kroppen rigtigt, og Qi-Gong giver dig i tilgift en bedre kropsholdning. Tag løst og behageligt tøj på. Der betales 20 kr. pr. gang til leder
Karin Nyberg 10.30 - 12.00
- Onsdage** **Strikkeklub** Vi strikker og hækler og hvad vi nu har af håndarbejde. Vi drikker kaffe og hyggesnakker.
Leder: Margit 12.00 - 14.00



Onsdage **Krea**, Vi maler med akvarel- og 13.00 -
akrylfarver, river billeder af papir, 15.00
eller hvad vi nu ønsker at prøve.
Der betales kr. 5,- til gruppens
egen kasse til køb af materialer.
Pris for kaffe og brød er kr. 30,-

Fredage **Bridge**, Kom og spil med. Vi hol- 10.15 -
der 1/2 times frokost. Prisen pr. 14.30
deltager er kr. 100,- pr. måned,
der betales til lederen, ligesom til-
og afmeldinger sker til samme.

Leder: Jørgen Jørgensen
50 66 99 76

Første Vi læser et bredt udsnit af littera- 10.30 -
fredag tur, både gammel og nyt. 12.00

Leder: Inge Fallon
23 81 17 86

OK-67 Vi mødes i Den Gule Villa

