

## OK -klubbens Bestyrelse

Formand: Bente Steffensen, [bente.wad@gmail.com](mailto:bente.wad@gmail.com)

Træffes kun mellem kl.10-12 på tlf. 29923998

Næstformand: Johnnie Alver Nielsen  
[Johnnie.a@live.dk](mailto:Johnnie.a@live.dk)

Bestyrelsesmedlem: Tove Knudsen  
[tovebent@outlook.dk](mailto:tovebent@outlook.dk)

Kasserer: Maj-Britt Andersen  
[mailmajbritt@gmail.com](mailto:mailmajbritt@gmail.com)

Suppleant: Kirsten Thuesen  
[kthuesen.taastrup@gmail.com](mailto:kthuesen.taastrup@gmail.com)

Sekretær: Lene Rønnebek  
[lene@metmog.dk](mailto:lene@metmog.dk)

Suppleant: Eva Petersen  
[finnlassep@gmail.com](mailto:finnlassep@gmail.com)

Revisorer: Arne Lærkeborg og Knud Hamfeldt

Værtinder:

Irene Nielsen	June Andersen	Hanne Monberg
Bente Andersen	Hanne Kristensen	Esther K Pedersen
Lisbeth Lassen	Inger Sønder	

Facebook administrator: Gert Lassen, [gertlassen@post.tele.dk](mailto:gertlassen@post.tele.dk)

OK- Klubben holder de ordinære møder: tirsdag i ulige uger kl.14.30-16.30  
i Taastrup Kulturcenter, Poppel Allé 12 Taastrup.

Entre: kr. 35 (ikke medlemmer kr. 50)

Årskontingent kr.250, kan betales på følgende måder:

Som indbetalingskort kortart 71

Som kontooverførelse: konto 3218473 reg.nr.1551

MobilePay: 64031 eller kontant på tirsdagsmøderne.

Kære OKére!

Denne gang er det lidt svært at skrive indlægget, hvor skal jeg starte og hvor skal jeg slutte?

Det er nu sidste sæson jeg står i spidsen for OK- Klubben og andre tager over.  
Jeg takker alle medlemmerne - bestyrelse – Værter/ værtinder for mange gode år.

Så til noget helt andet:

Her i juli 2025 udkom der fra Ældreministeriet en publikation som de kalder:

**” Gode ældre liv for alle skabes sammen.”**

Denne publikation bygger på den nye ældrelov og består af 4 principper.

1. Kom hinanden i møde med tillid og respekt for forskellige roller
2. Gør borgere til deltagere og skab løsninger, der afspejler vores forskelligheder
3. Vær modig og tydelig om rolle og ansvar
4. Insisterer på samspil – tænk systematisk.

Disse principper var noget af det, samt et brev i lokalavisen, der satte gang i tankerne om at udfordre Peter Faarbæk ved et OK møde.

Det har spredt sig som ringe i vandet.

Vores Borgmester Michael Ziegler har ringet, og vi har aftalt et møde når han bliver rask igen. Vi ønsker ham god bedring.

Kære alle, med den nye ældrelov, hvor der står: ” at lovens formål er at der tages udgangspunkt i den enkeltes persons situation. Og i stk.2 står der at loven tilsigter ”den ældres selvbestemmelse”. Med loven i hånden begynder vi selv at kunne bestemme over vores liv som gammel.

I er helt fantastiske ambassadører for ældregenerationen - I vil stadig opleve livet, hele livet.

**Pas godt på OK Klubben**

Kærlig hilsen

Bente

## Gymnastik.

” At holde sig i gang er sundt og livsforlængende”

Kom i gang med et smil under ledelse af Bente.

Styrk kroppen, vi får rørt alle de store muskler og led samt får pulsen op.

Det koster ikke ekstra, du skal blot være medlem af OK-Klubben



De der har lyst mødes bagefter til en kop kaffe og en snak.

Vi mødes hver mandag i Kultursalen Kl. 13.00-14.00. med start d. 5/1. 2026. Vi slutter mandag d.23.marts med kaffe og et lille bankospil.

**BS! Der er ikke gymnastik i uge 8**



## Krolf to gange om ugen.

Fra torsdag d.9.april 2026 spiller vi igen krolf 2x om ugen.

Mandag og torsdag spiller vi en runde på krolfbanen i Kulturcentres have. Bagefter hygger vi os med en kop kaffe.

Af hensyn til udarbejdelse af scorekort og holdopdeling bedes du møde senest kl.9.50.

Kom og få frisk luft og fællesskab, det koster ikke ekstra.

## Stavgang.



Vi går hele året, det er god motion og frisk luft, du bestemmer selv farten.

Irene og Jytte er dig behjælpelig med råd og vejledning.

Det koster ikke ekstra, du skal blot være medlem af OK-Klubben.

Vi går hver onsdag kl.9.30 fra Taastrup Kulturcenter.

Der er ingen stavgang i uge 8 (vinterferie) og uge 14(påske)

### **”Det grå guld”**

I samarbejde med Nordisk Film Biografer i Taastrup, tilbyder klubben en biograf forestilling hver den første onsdag i en måned kl.14.00.

Pris pr. billet 120 k., møder du ½ time før bydes der på kaffe og kage.

Billetterne kan købes online er prisen 110 kr.

Du kan, på vores Facebook eller ved opslag i OK, se hvilke film der vises.

## NYT! NYT! NYT!

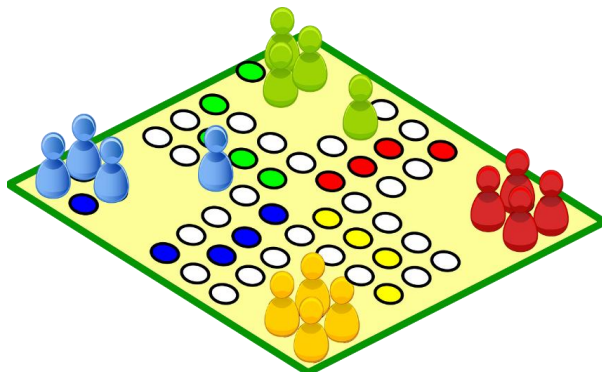
Kan du lide at spille brætspil, så fortsætter vi indendørs hver torsdag i tidspunktet kl.10.00 -13.00.

Der vil være forskellige brætspil samt kortspil, alt hvad du og andre ønsker.

Har du ikke lyst til at spille, men bare være en del af fællesskabet er du også velkommen, tag evt. noget strikketøj med.

Det koster ikke ekstra, du skal blot være medlem af OK-Klubben

Birthe Nielsen og Bente Steffensen er jeres værtinder.



Mød op og se om det er noget for dig og deltag i fællesskabet.  
Vel mødt, vi spiller, indendørs, til vi skal på græs igen til april

Tirsdag d. 13.januar 2026 kl.14.30 -16.30

**Nytårskoncert.**

Godt nytår til alle.

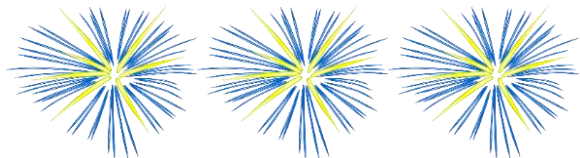


Gennem mange år har Jens Chr. Wandt startet det nye år med en Nytårskoncert i OK.

Jens Chr. Wandt kræver ingen

nærmere præsentation, han er en god ven af OK-klubben, vi glæder os til igen at hører hans store stemme

Max 200.pers



**Tirsdag d 27.januar 2026 kl.14.30 -16.30**

Lotte Tegner Freddie startede sin modelkarriere som 18-årig i London. Efter få år vendte hun tilbage til Danmark, hvor hun



fortsatte sin modelkarriere. I mere end 65 år har Lotte arbejdet, først som model senere som modejournalist.

Vi har i foråret 2025 fulgt "Verdensdamerne" hvor Lotte sammen med Bente Scavenius og Merete A. Baird har vist os rundt i Paris – Helsinki og Lissabon for at se på mode og kunst.

I dag besøger hun OK- klubben



**Max 172 pers.**

**Tirsdag d.10.februar Kl. 14.30 – 16.30 2026<sup>14</sup>**

OK Klubben fylder 54 år

Den 6. februar 1972 startede OK klubben, det fejrer vi i dag med sang og musik.

Vi får besøg af Annette og Tom, som begge er fra Amager.

Annette er ud af en dansefamilie, der først i sit voksenliv begyndte at synge og spille teater.

Tom har spillet og sunget siden han var 16 år, og har bl.a. optrådt i Vise Vers Huset i Tivoli.

De har fundet sammen i et musikalsk samarbejde, Deres repertoire er en pose blandede bolsjer med sjove sange, egne sange og sange der kan synges med på..



Max 172

**Tirsdag d.24. februar 2026 kl.14.30 -16.30**

”Du har kun et liv”

Et foredrag om en kvindes utrolige motorcykelrejse til Himalaya.

I dag skal vi møde Hanne Gasbjerg Hjulmand og hendes historie om at finde sig selv – og meningen med livet, når man mindst venter det.

Træt af sit meningsløse liv i Danmark siger Hanne sit job op for at rejse alene på en motorcykel fra Danmark til Himalaya.

Hanne fortæller om hvordan det er at rejse alene gennem verdens farligste egne.

Om tvivlen, der rammer når man er faret vild i en sandstorm, og om troen, der genvindes i mødet med menneskers næstekærlighed.



**Tirsdag d.10.marts. 2026 kl.14.30 – 16.30**

**Per Pallesen**



Hør Per Pallesen fortælle om: Teater, film og Tv.

Han er landskendt som den opblæste tjener Boldt fra Matador, eller som Mathisen med hinkestensbriller og udødeligt udtryk som:

” osse li’ på en studs”.

Med over 200 teaterstykker, 70 revyer og 1600 optrædener på Tv og radio, er det svært at opsummere, hvad Per Pallesen gennem sit virke har oplevet.

I dag får vi muligheden for at høre Per Pallesen selv fortælle, på en underholdende, tankevækkende og humoristisk måde om et langt liv i dansk underholdning, hvor han selv kunne vælge fra den øverste hylde.

**Glæd dig, det bliver en spændende dag!**

**Max 200 pers.**

**Tirsdag d. 24.marts 2026 kl.13.30 – 16.30**

**Års- og tirsdagsmøde.**

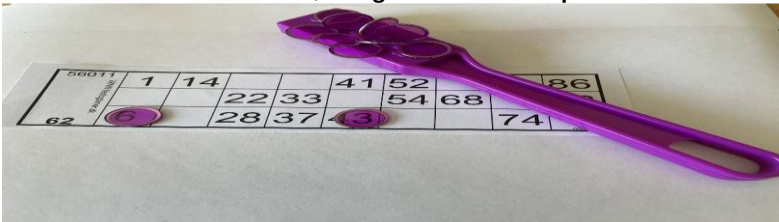
**Gratis adgang**

Bestyrelsen i OK-Klubben Høje -Taastrup indkalder herved og i henhold til vedtægternes § 6 til ordinært årsmøde med følgende dagsorden:

1. Valg af dirigent
- 2.
3. Formandens beretning
4. Forelæggelse af det reviderede regnskab
5. Behandling af indkommende forslag
6. Godkendelse af budget og kontingent for næste år.
7. Valg af bestyrelsesmedlemmer gensyn med Peer Faurkov, bag kameraet
8. Valg af bestyrelsessuppleanter
9. Valg af 2 revisorer og 1 revisorsuppleant

Forslag, der ønskes bragt til afstemning under punkt 4 – (indkommende forslag) skal være formanden i hænde senest **d. 10 marts 2026**

**Efter årsmøde og kaffen 5 Bankospil**



**Bankopladerne skal købes på stedet.**

**Tirsdag d. 7. april 2026 kl.14.30 - 16.30**

Et gensyn med Peer Fauruskov, bag kameraet, på en kulturrejse til

**Sulawesi:**

Sulawesi er en stor indonesisk ø der med sin karakteristiske blæksprutteform, er beliggende øst for Borneo, med et sandt puslespil af forskellige folkeslag: Torajaerne med deres spektakulære traditioner, Bugis folket og det kristne Minahasa- folk helt mod nord.

Store områder af øen er kun sparsomt beboede og øen har adskillige dyrearter, som kun findes her.



Det folk på øen med de mest spektakulære traditioner er torajaerne, som tidligere var et krigerisk og frygtet bjergfolk, er i dag kendt for deres prægtige bådformede huse. Et andet kendetegn ved dette folk er deres tradition for at udhugge gravpladser i bjergenes lodrette klippevægge

**Tirsdag d. 14.april 2026**

**Kunst vandring på Slotsholmen og kunstmvisning i Folketinget.**

På vandringen på Slotsholmen ser vi kunst og arkitektur. Rytterstatuer, vandkunst og anden friluftkunst. Derefter er der kunstmvisning i Folketinget, hvor vi får fortalt om de malerier, portrætter og rumudsmykninger, som vi ser.

**Tidspunktet skyldes at vi kun kan besøge Christiansborg om eftermiddagen. Omkring fra kl. 16.00 – 18.30, og så kan vi jo gå ud og spise bagefter for egen regning.**

**Pris. Kr. 140,-**

**Afgang fra Taastrup Station kl. 15.00**

**Max. 29 pers**

**Leder ag turen: Johnnie Nielsen**



**Tirsdag d.21.april 2026 kl.14.0 -16.30**

**Michael Winckler**



Michael Winckler hylder sin far Gustav i et stemningsfyldt og humør fyldt show " Gem et lille smil"

Til trods for Gustav Wincklers alt for tidlige død lever hans musik stadig.

Vi får naturligvis mulighed for at nynne med på kendte hits som "Skibet skal sejle i nat", "Lidt go 'musik" og "Hvide måge".

Glæd dig, det bliver en god dag i musikkens tegn.

**Max 200 pers.**

**Onsdag d.22.april 2026**  
**Udflugt til Bodils Landkøkken**

Kære OK`ere

Bestyrelsen fik en øjenåbner, da vi var på tur til Bogense, som vi ikke ser i hverdagen. Vi er alle blevet ældre, og der kommer småskavanker til.

**Tirsdag d. 27.januar 2026 kl.14.30 -16.30**

I klubben har vi ikke råd til at sende hjælpere med på turene, både bestyrelse og værter/værtinder betaler selv den fulde pris for turen. Vi ser os nu nødsaget til fremover at lave to udflugter. En hvor man er fuldstændig selvhjulpne og en for dem der skal have en håndsrækning.

Vi prøver så i år hvor alle med rollatorer, dårligt gående o.s.v kan komme med. Turen går til Bodils landkøkken, hvor der venter et varmt måltid mad.



Prisen for turen er nedsat til kr.  
Afgang fra Taastrup Station center kl.  
Max 50 pers.  
Turleder: Bente

**Tirsdag d. 5. maj 2026 kl.14.30 -16.30**

**Mads Westfall**



Mads Westfall er entertainer, trubadur, sanger, sangskriver og guitarist, man må sige, han spiller på alle strengene når han underholder. Mads startede sin karriere i 1990 og få år efter fik han fast engagement i Tivolis Vise Vers Hus. Ved siden af musikken uddannede han sig som jurist. Faget forlod han i 2008 for at hellige sig musikken på fuld tid. Siden er det gået stærkt. Han har udgivet 7 albums med egne sange. I 2015 blev Mads nomineret som årets sangskriver. Glæd dig til gensynet med Mads Westfall  
Max 172

**Tirsdag d. 19.maj 2026**

**Udflugt til Zen-garden.**

Foto: Bente Steffensen



Haven bliver smukkere og smukkere for hvert år, og et helt nyt anlæg er på vej.

Du skal være godt gående, der er mange sten og trapper, men et besøg værd.

Med Henrik ved roret kører vi fra Taastrup station center kl.

Vi ser den øverste del af haven først.

Kl.12.00 bliver der serveret 3 flotte håndmadder + 1 øl eller 1 vand

Efter maden går vi over gaden for at se den nye del af haven **Mødested:**

**Afgang Fra Taastrup Stations Center kl. 10**

**Pris pr pers:400,-**

**Max deltagere: 50 pers. Turlleder:**

**Bente Steffensen**

Vi sælger billetter til alle turene  
tirsdag d. 6 jan. 2026 i tidsrummet kl. 13.00 – 15.00  
i Kulturcentres foyerer.

<b>OK-Høje Taastrup</b>
<b>Arrangement:</b>
<b>Dato:</b>
<b>Pris: kr.-</b>
<b>Mødested:</b>
<b>Guide:</b>



**Ungdomsskolens Musical den 18.marts 2026**

**På Taastrup Teater**

**Billetter til eftermiddags -eller aftenforestilling kan købes i**

**OK -Klubben**

**Prisen bliver meldt ud inden d. 6. jan 2026**

**OK- Klubbens sang:**

Melodi: "Blaze away"

Tekst: Nils Steffensen

Vi er de stolte "OK-ister",  
vi er ikke til at slå,  
så kald os bare pensionister,  
men vi er unge indeni- fra top til tå!  
Vi har mening – vi har styrke,  
vi er ikke hvem som helst - nej!  
vi vil sammen vandre-  
ad livets lysegrønne vej!

Så syng da ud I – "OK-ister" -  
Løft din røst mod himlens tag,  
Vi' ikke dem, som går og "trister",  
Vi hygger sammen her- i gode venners lag.  
Vi har en mening – vi har styrke,  
vi er ikke hvem som helst – nej,  
vi vil sammen vandre-  
ad livets lysegrønne vej!

BESTIL ET TILBUD  
HANDICAPKØRSEL  
UDFLUGTER  
VIP KØRSEL  
Porterabend, bryllup,  
airport transfer,  
sightseeing, firma- og  
festkørsel.

DIN BUS  
PARTNER  
DIN SIKKERHED

CPH travel  
BIRCHS

70 26 12 55 - info@cph2travel.dk

The advertisement features a dark blue background with several circular inset images: a bus interior, a bus exterior, a driver's portrait, and a bus with the BIRCHS logo. Text elements include service categories, a slogan, and contact information.



Foto: Bente Steffensen    Vilde tulipaner vokser som et af de få steder i Danmark på Bornholm

