



Har du hørt, at ...

Generalforsamling i Lokalråd Fladså

Torsdag den 21. marts kl. 20.00 i Fladså Hallens selskabslokaler. Dagsorden ifølge vedtægter. Forslag skal være bestyrelsen i hænde senest 10 dage før.

Før generalforsamlingen kl. 19.00 vil Byggeøkonomi-chef og projektudvikler Erik Andreasen, Boligkontoret Danmark fortælle om boligprojektet på Mogenstrup Kro. Lokalrådet serverer øl/vand.

Generalforsamling for Grøn Omstilling

Onsdag den 13. marts kl. 19.45-21.00 afholder vi generalforsamling på Næstved Bibliotek, Kvægtorvet 4-6 i Næstved. Dagsorden ifølge vedtægter. Forslag skal være skriftlige og formanden i hænde senest 3. marts. Hvis du ønsker at stille op til valg til bestyrelsen, så kontakt venligst formanden.

Før generalforsamlingen starter vi med, at Klima-koordinatorerne Søren Magnussen og Amr Hajir præsenterer kommunens Klimaplan 2019.

Kontakt formanden Jakob Jespersen på langevraa@yahoo.com

Generalforsamling Lokalrådet i Tappernøje, Snesere og Everdrup sogne

Mandag den 4. marts kl. 19.00 i Everdrup Forsamlingshus, Everdrupvej 20 i Everdrup. Dagsorden ifølge vedtægter. Forslag skal være lokalrådet i hænde senest den 22. februar. Lokalrådet vil gerne invitere på en kop kaffe/te og et stykke kage. Kom og vær med, så vi i fællesskab kan videreudvikle vores dejlige område.

Kontakt os på lokalraad@4733.dk

Forårsfest med spisning

Fredag den 22. marts kl. 18.00 er der forårsfest i Multihuset Sydpolen, Parkvej 109, Næstved. Borgmester Carsten Rasmussen slår tonen an til en hyggelig og glad aften med fællessang og dans.

Menu: gammeldags oksesteg med tilbehør og kaffe/the med kage. Billetter á 160,00 kr. skal forudkøbes i café Sydpolen torsdage den 28. februar og den 7. og 14. marts kl. 18.00-20.00. De kan også købes i den åbne cafetid tirsdag kl. 10.00-13.00 og torsdag kl. 9.00-12.00 i perioden den 28. februar til 7. marts. Kun kontant betaling.

Tirsdag den 19. marts kl. 16.00-17.30 inviterer ViSP til **Sangcafé for afasiramte og pårørende** – både tidligere og nuværende. Kom til en hyggelig eftermiddag med fællessang, musik, kaffe & kage. Vi fokuserer på fællessang, da sang har gavnlige virkninger på mange planer:

- Muskulaturen til tale og respiration styrkes
- Stemmen styrkes
- Ordmobilisering øges
- Hukommelsen bedres
- Vejtrækning og hjerterytme synkroniseres blandt sangere og hjerterytmen sænkes
- Humøret bedres
- Samhørighedsfølelsen øges
- Stress mindskes og immunforsvaret styrkes

Det er gratis at deltage. Tilmelding senest den 15. marts til ViSP på 5588 6900. Hvis du har et sangønske, så kontakt os gerne inden arrangementet, så sørger vi for at printe tekster, så alle kan synge med.

Begge arrangementer finder sted i Caféen på ViSP, Birkebjerg Allé 3 i Næstved. Læs mere på www.visp.dk

Vil du gerne kvitte smøgerne?



Næstved Sundhedscenter har et gratis tilbud til dig, når du vil give dig selv et sundere liv.

Rygestopkursus

- Mandag den 18. marts kl. 19.00-21.00 på Næstved Sundhedscenter, Præstøvej 67, 4700 Næstved

Et rygestopkursus indeholder 6 mødegange og løber over 8 uger. Der er fælles stopdato. Der kan være max. 12 deltagere på holdet. Er du storryger, kan der være mulighed for at få tilskud til nikotinerstatning i forbindelse med din deltagelse på et rygestopkursus.

Tilmelding sker ved henvendelse til Næstved Sundhedscenter på 5588 1459, 5588 1400 eller Sundhedscenter@naestved.dk

Hvis du ikke er parat til rygestop, men ønsker en samtale om rygning og rygestop, så kontakt os på 5588 1459 eller 5588 1400. Du kan læse mere på www.naestved.dk

Biblioteket

Den åbne læsegruppe Skovsneppen

Tirsdag den 5. marts kl. 15.00-16.30 mødes den åbne læsegruppe på Fuglebjerg Bibliotek. Nogle af litteraturens små perler læses højt, og vi taler om teksten og livet over en kop kaffe. For mere info kan du kontakte bibliotekar Kirsten Fonborg Hansen, 2539 2488, fonborg@mail.dk – eller bare mød op.

OmegnsOnsdage

Onsdag den 6. marts kl. 19.00-21.00 afholder Levende Demokrati Næstved foreningsaften på Glumsø Bibliotek. Det er en kultur- og borgerforening, som arbejder med at fremme og styrke aktive demokratiske fora i Næstved Kommune. Kom, hør og vær med som aktiv deltager i demokratiet. Gratis, ingen tilmelding.

Bibliobiffen for de 3-6-årige

Torsdag den 7. marts kl. 10.00-10.30 viser vi film på Glumsø Bibliotek. Gratis, men tilmelding på 5588 4030 eller nstgl@naestved.dk

Dem Der Blev – en anderledes historie fra Syrien

Tirsdag den 12. marts kl. 19.00-ca. 21.00 er der foredrag i loungen på Næstved Bibliotek med Hjalte Tin og Nina Rasmussen, som er aktuelle med bogen "Dem Der Blev - En rejse i Syrien til kurdernes ukendte revolution". Billetter á 50 kr. kan købes på www.naesbib.dk



Hvalernes skjulte liv – livestreaming i Bio Næstved

Tirsdag den 12. marts kl. 19.00-21.00 kan du høre, hvordan forskerne med en ny teknologi kan studere hvalernes fysiologi og adfærd langt til havs, og mens de er neddykket. Tag med verdens mindste hval, marsvinet på jagt i de danske farvande.

Det er et naturvidenskabeligt foredrag, der foregår som live-streaming i Bio Næstved. Gratis, men tilmelding til Bio Næstved på www.bio12345.dk under Program og Gratis foredrag.

Hvordan holder du hjernen i gang?

Onsdag den 13. marts kl. 15.00-18.00 er der foredrag i Salen på Næstved Bibliotek med psykoterapeut Maria Louise Jalksø, som tidligere har afholdt kursus i mindfulness på biblioteket. Med udgangspunkt i, hvordan let hjernetræning kan give mere overskud og glæde, inviterer Maria Louise Jalksø deltagerne til at afprøve teknikkerne på egen krop. I samarbejde med Ældresagen Næstved. Billetter á 50 kr. kan købes på www.naesbib.dk

• **Baristakaffe i caféen på Næstved Bibliotek** mandag, tirsdag og torsdag kl. 10.00-16.00 og fredag kl. 10.00-15.00.

• **Fællessang** på Næstved Bibliotek hver fredag kl. 10.10. Vi synger 4-5 sange fra højskolesangbogen eller lignende.

• **Systue i UdviklingsHus, Fuglebjerg Bibliotek**, mandage kl. 19.00-21.00, hvor du kan arbejde med redesign og opcyclusion. Medbring egen symaskine eller lån en.

• **Gratis håndarbejdscafé** på Næstved Bibliotek på tirsdage, Glumsø Bibliotek på onsdage og Fensmark Bibliotek på torsdage. Alle steder kl. 14.00-16.00.

• **IT-vejledning** på Næstved Bibliotek mandage kl. 10.00-13.00 og kl. 14.45-15.45, tirsdage og torsdage kl. 10.00-13.00 og kl. 14.00-17.00, samt onsdage kl. 10.00-13.00. Hør om at være IT-frivillig hos Tina Lerche på 5588 4148, tinle@naestved.dk

• **IT-klub** på Fuglebjerg Bibliotek tirsdage kl. 10.00-12.00 og i Musiklokalet, Sydpolen, Parkvej 109 i Næstved tirsdage kl. 14.00-16.00. Hør om IT-klubber hos Lars Ovesen på 5588 4154.

• **Få hjælp** til dansk hver mandag og torsdag kl. 15.00-17.00 i caféområdet "Verdenshjørnet" på Næstved Bibliotek for flygtninge og indvandrere.

• **Gratis retshjælp i Advokatvagten** hver torsdag kl. 16.00-18.00 på Næstved Bibliotek. Træk nummer fra kl. 15.00. Medbring alle relevante dokumenter.



To spændende arrangementer på ViSP

I anledning af den internationale hjerneuge inviterer ViSP til to spændende arrangementer.

Onsdag den 13. marts kl. 13.00-16.00 inviterer ViSP i samarbejde med Hjerneskadecentret i Næstved til foredraget "At leve med en hjerneskade". Kom og hør to foredragsholdere fortælle om livet efter en erhvervet hjerneskade, og de følgerkninger hverdagen efterfølgende kan være præget af. Det er gratis. Tilmelding senest den 11. marts til ViSP på 5588 6900.

Stillinger

- **Daglig leder, genopslag, Fladsåskolen – 04.03**
- **Elever, Pædagogisk Assistent Uddannelse – 22.04**
- **Dagplejere – 28.04**

Se alle opslag på www.naestved.dk/Job