

UGEPLAN FOR AKTIVITETSCENTRET I HASLE

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG
<p>10:00 - 11:00: Go´motion. Gymnastik for aktive ældre.</p> <p>Annemarie Sonne-Pedersen tlf. 2575 5989 pt. venteliste.</p>	<p>13:00 - 15:00: lige uger Kreativt værksted. Kom og inspirer hinanden.</p> <p>Bodil Munch tlf. 6126 5095</p> <p>13:00 - 15:00: ulige uger Kreativt værksted. Hygge - strik og snak.</p>	<p>9:00 - 11:30: EDB. Der er 6 PC´er med adgang til Internettet.</p> <p>Leif G. Nielsen tlf. 2311 0869</p> <p>9:30 - 10:45: Stavgang Stave kan lånes - eller gå med uden stave.</p> <p>Jonna Hansen tlf. 6063 2716 <i>Kan starte forskellige steder.</i> Kontakt holdleder.</p> <p>13:00- 14:00: Stolegymnastik Der er både siddende og stående øvelser.</p> <p>Brita Nielsen tlf. 3056 4171</p>	<p>12:15 - 15:15: Kortspil. Hyggeligt og morsomt.</p> <p>Leif G. Nielsen tlf. 2311 0869</p> <p>13:00 - 15:00: Hyggeligt samvær. Kom med dine ideer - eller få nye ideer. Strikke lapper på 15x15 cm af restegarn til tæpper.</p> <p>Brita Nielsen tlf. 3056 4171</p> <p>15:30 - 16:30: Gymnastik for mænd. Styrke og kondition.</p> <p>Johnny Drachmann tlf. 6171 3848</p>

Vi begynder den første uge i september, der starter med mandag, den 4. sept.

Det er gratis at deltage. Dog skal der betales for materialer.

Aktivitetsrådets kommende møder:

Mandag, den 4. sept. kl. 11:15



KNUDEPUNKTET



Aktivitetstilbud til pensionister, førtidspensionister og efterlønsmodtagere

på Bornholm.

Toftelunden 5, 3790 Hasle .

Tlf. 30 18 04 56

September 2023

September-arrangementer :

4. septembet kl. 10:30 Flemming Tøj

19. september kl. 13:30 : Sangeftermiddag



Grusgrav ved Levkavej.
September 2022

AKTIVITETSRADET

Formand :	Birthe Petersen	20 49 09 65
Næstformand :	Brita Nielsen	30 56 41 71
Kasserer :	Jørn Ole Hansen	51 16 25 83
Sekretær :	Helen Sørensen	21 16 84 79
Medlem :	Jette Vest	61 34 11 88
Medlem :	Inger Holm	56 96 91 95
Suppleant :	Ketty Dam	24 62 09 84
Suppleant :	Karsten Madsen	56 96 43 42

www.brk.dk/borger/seniorer/aktivitetscentre

Go' motion :

Hasle aktivitetscenter



Torsdag fra 15:30 - 16:30 er der styrke og konditions-gymnastik for mænd.

Vi skal fortsat bruge kroppen og bevæge os - også i en høj alder.

Mandag fra 10:00 - 11:00 hvor vi på hyggelig vis får pulsen op, sved på panden, en god latter og socialt samvær.

Onsdag fra 13:00 - 14:00.

Stolegymnastik med fællessang og derefter er der motion og bevægelse til glad og afvekslende musik - afsluttende med kaffe.



Hyggeligt samvær: torsdage kl. 13:00 - 15:00.

Her kan I komme med jeres ideer eller få nye ideer fra hinanden. Og vi strikker lapper (15x15 cm.) af restegarn - syes sammen til tæpper, der gives til humanitære formål.

PS: Vi modtager gerne "restegarn".



Den
eftertænk-
somme:

Bare fordi min vej i livet er anderledes end din,
betyder det ikke, at jeg er gået forkert.

D. I. Verse

Se ugeplan for
aktiviteterne på
bagsiden.

Aktivitetssentret har åbent, når der er aktiviteter på
Toftelunden 5. Der er mulighed for at købe kaffe.

Aktivitetssentrets kontaktperson:
Sisse Stenbæk

Telf. 30 18 04 56 man-fre. 09:00-14:00.



Flemming Tøj

MANDAG den 4. september 2023 kl. 10:30.

Flemming kommer og viser (og sælger) de nyeste kreationer i forskellige stile, mønstre og størrelser



Sang-eftermiddag

TIRSDAG den 19. september 2023 kl. 13:30.

Vi er så heldige, at **Joel Pepke Andersen** har lovet at komme og starte op på den nye sæson. Så vi glæder os til, at vi med hans klaverspil, sang og fortællinger kan komme rigtigt godt i gang.



Kom og syng med.



Pris for kaffe-kage: 30 kr.

Tilmelding senest torsdag, den 14. september.

Så skal vi igang igen.

Efter en forhåbentlig dejlig og behagelig sommer med masser af solstråler, der har været med til at lade batterierne op - ja, så er vi alle klare til at komme igang igen.

Vi starter med det gode, gamle program, som vi kender og som I kan se på bagsiden af dette blad.

Derudover forventer vi at lave nogle "fællesarrangementer", og starter med Sangeftermiddag den 19. september (se ovenfor).

Endvidere er vi i gang med at planlægge en lille Bustur i oktober - Generalforsamling først i november og en Julebuffet sidst i november - og så skal vi da også have en Sangeftermiddag med julesange først i december.

Men der er jo ingen der siger, at alting skal være, som det plejer.

Er der nogen der har fået en knaldhamrende god ide til en ny aktivitet på ugeprogrammet eller bare et enkeltstående arrangement, så få en snak med bestyrelsen. Vi vil gerne forsøge at få det på programmet.

Vel mødt - vi ses.

Se mere om arrangementerne og tilmelding ved opslag i Aktivitetssentret.