

UGEPLAN FOR AKTIVITETSCENTRET I HASLE

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG
10:00 - 11:00: Go´motion. Gymnastik for aktive ældre. p.t. Venteliste Annemarie Sonne-Pedersen tlf. 2575 5989	13:00 - 15:00: Hygge - hækl - strik og snak. Kom og inspirer hinanden Birthe Petersen tlf. 2049 0965	9:00 - 11:30: EDB. Her kan du få hjælp til PC, Tablet ell. Mobil. Kun efter aftale kontakt Leif G. Nielsen tlf. 2311 0869 9:30 - 10:45: Stavgang Stave kan lånes - eller gå med uden stave. Jonna Hansen tlf. 6063 2716 Kan starte forskellige steder. Kontakt holdleder. 13:00- 14:00: Stolegymnastik Der er både siddende og stående øvelser. Brita Nielsen tlf. 3056 4171	12:15 - 15:15: Kortspil. Hyggeligt og morsomt. Leif G. Nielsen tlf. 2311 0869 13:00 - 15:00: Spil sammen. Kom og spil sammen - alle former for "familiespil". Annemarie Sonne-Pedersen tlf. 2575 5989 13:00 - 15:00: Hyggeligt samvær. Samvær med snak, ugeblad, evt håndarbejde og fælles kaffe. Brita Nielsen tlf. 3056 4171 15:30 - 16:30: Gymnastik for mænd. Styrke og kondition. p.t. Venteliste Johnny Drachmann tlf. 6171 3848

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

Aktivitetsrådets kommende møder:

Mandag, den 12. jan. kl. 11:15
Mandag, den 2. feb. kl. 11:15
Mandag, den 2. mar. kl. 11:15



KNUDEPUNKTET



Aktivitetstilbud til pensionister,
førtidspensionister og efterlønsmodtagere
på Bornholm.

Toftelunden 5, 3790 Hasle .

Tlf. 30 18 04 56

Januar - Februar - Marts 2026

Vinter-arrangementer:

3. februar kl. 13:30 : Sangeftermiddag
2. marts kl. 10:30 : Flemming Tøj
4. marts kl. 13:30 : Sangeftermiddag
25. marts kl. 11:30 : Buffet

Vinter over Hasle, dec. 2023

AKTIVITETSRÅDET

Formand :	Birthe Petersen	20 49 09 65
Næstformand :	Brita Nielsen	30 56 41 71
Kasserer :	Jørn Ole Hansen	51 16 25 83
Sekretær :	Kirsten Pedersen	20 33 57 25
Medlem :	Jette Vest	61 34 11 88
Medlem :	Inger Holm	28 72 90 20
Suppleant :	Ketty Dam	24 62 09 84
Suppleant :	Karsten Madsen	22 32 20 59

www.brk.dk/borger/seniorer/aktivitetscentre

Go' motion :

Hasle aktivitetscenter



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.

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



Spil sammen: Torsdage fra kl. 13:00 til 15:00.

Kan I huske, hvor hyggeligt det var dengang man sad sammen med familien eller venner og spillede forskellige spil sammen.

Denne stemning kan genopfriskes med forskellige spil, som kunne være: Kort - Raffle - Ludo - Sequence - Uno - Huskespil - eller medbring selv et spil.



Hyggeligt samvær. Torsdage fra kl. 13:00 til 15:00.

Vi mødes for at have noget socialt samvær - snakke om løst og fast - få de sidste nyheder fra ugebladene - eventuelt lave noget håndarbejde og selvfølgelig en gang fælles eftermiddagskaffe.

Den
eftertænk-
somme:

Den største fejl, du kan gøre i livet,
er at være evig angst for at gøre en.

Elbert Hubbard

Se ugeplan for
aktiviteterne på
bagsiden.

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

Aktivitetscentrets kontaktperson:

Sisse Stenbæk

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



Godt nytår:

Nu har vi taget hul på et helt nyt og friskt år, og vi skal så til at putte alle de tilbagevendende og også de nye aftaler ind i kalenderen.

Vi håber, at så mange som muligt har tid og lyst til at deltage i de ugentlige aktiviteter samt i de månedlige arrangementer, der foregår på Aktivitetscentret i Hasle - Se ugeplanen på bagsiden.

Det er jo stadig gratis at deltage - bortset fra eventuelle materialer.

I øjeblikket er der fuldttegnet til gymnastik både mandag formiddag og torsdag eftermiddag, men ellers er der god plads til flere deltagere, og ideer til nye aktiviteter er altid velkomne.

Vi ses

FLEMMING TØJ

MANDAG, den 2. marts 2026 - kl. 10:30.

Skal garderoben suppleres en lille smule, så kommer Flemming med sin nye kollektion på Toftegården, hvor man kan se - føle - og evt købe de nye varer.



Syng sammen:

TIRSDAG, den 3. februar 2026 - kl. 13:30 OG
ONSDAG, den 4. marts 2026 - kl. 13:30.

Både i februar og i marts kommer Joel Pepke Andersen og underholder os, og ledsager os musikalsk til nogle kendte vintersange.



Kom og syng med .

Pris for kaffe-kage: 40 kr.
Tilmelding senest torsdagen før arrangementet

Buffet:

ONSDAG, den 25. marts 2026 - kl. 11:30.

Festarrangørerne er ved at sammensætte en dejlig vintermenu, og så kan vi hygge os nogle timer med mad, drikke og hyggeligt samvær med godt humør.



Pris for menu: 200 kr.
Tilmelding og betaling senest torsdag, den 19. marts



Se mere om arrangementerne og tilmelding ved opslag i Aktivitetscentret.