

UGEPLAN FOR AKTIVITETSCENTRET I HASLE

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORS DAG
09:30- 11:00: Engelsk. Let øvede. Kirsten Westh tlf. 2446 6793	13:00 - 15:00: lige uger Kreativt værksted. Løbbinding, nålefil, papirflet, m.m. Bodil Munch tlf. 6126 5095	9:00 - 11:30: EDB. Der er 6 PC'er med adgang til Internettet. Leif G. Nielsen tlf. 2311 0869	12:15 - 15:15: Kortspil. Hyggeligt og morsomt. Leif G. Nielsen tlf. 2311 0869
10:00- 11:00: Go´ motion. Gymnastik for aktive ældre. Annemarie Sonne-Pedersen tlf. 2575 5989	13:00 - 15:00: ulige uger Kreativt værksted. Hygge - strik og snak. 13:30 - 15:00: Engelsk. Øvede. Kirsten Westh tlf. 2446 6793	9:30 - 10:45: Stavgang Stave kan lånes - eller gå med uden stave. Jonna Hansen tlf. 6063 2716	13:00 - 15:00: Hyggeligt samvær. Kom med dine ideer - eller få nye ideer. Strikke lapper på 15x15 cm af restegarn til tæpper. Brita Nielsen tlf. 3056 4171
<div style="border: 1px dashed blue; padding: 5px; transform: rotate(-10deg);"> Det er gratis at deltage. Dog skal der betales for materialer. </div>		13:00- 14:00: Stolegymnastik Der er både siddende og stående øvelser. Brita Nielsen tlf. 3056 4171	15:30 - 16:30: Gymnastik for mænd. Styrke og kondition. Leif Nielsen tlf. 2644 5520
<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; display: inline-block;"> Fuldtegnet = venteliste </div>			
PS.: Aktivitetscentret holder sommerferie fra den 17. juni til og med den 1. sept.			
Aktivitetsrådets kommende møder:			
Fredag, den	12. apr.	kl. 09:00	
Fredag, den	10. maj	kl. 09:00	
Fredag, den	7. juni	kl. 09:00	



KNUDEPUNKTET

Aktivitetstilbud til pensionister, førtidspensionister og efterlønsmodtagere på Bornholm.

Toftelunden 5, 3790 Hasle .

Tlf. 30 18 04 56

April - Maj - Juni 2019



Forårs arrangementer :

8. apr. kl. 13:00 Hasle Senior Walk

25. apr. kl. 13:00 Foredrag ved Arne Ipsen

13. maj kl. 13:00 Hasle Senior Walk

20 maj kl. 11:00 Bustur

17. juni kl. 13:00 Hasle Senior Walk



AKTIVITETS RÅDET

Formand :	Birthe Petersen	20 49 09 65
Næstformand :	Brita Nielsen	30 56 41 71
Kasserer/Sekretær :	Jørn Ole Hansen	56 96 48 50
Medlem :	Jytte Winberg	61 34 04 43
Medlem :	Jette Vest	61 34 11 88
Medlem :	Helen Sørensen	56 96 47 34
Suppleant :	Inger Holm	56 96 91 95
Suppleant :	Karsten Madsen	56 96 43 42

Aktivitetsrådets mail: a.raadet@gmail.com

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.



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".

"Husker du.....?"

Vi samles i en "hyggekrog", hvor vi udveksler oplevelser fra vores unge dage. Det er sjovt at høre om andres oplevelser af de samme ting, som man selv har oplevet.



Den
eftertænk-
somme:

*Der findes ikke noget, du ikke kan -
kun ting du ikke har lært endnu.*

D.I.Verse

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:

Gulla Christoffersen

Telf. 30 18 04 56 man-fre. 09:00-15:00

Træffes på Aktivitetscentret: tirsdag kl. 13:30-15:00



Hasle Senior Walk

Vi fortsætter med vores vandreture i Hasle og omegn.

Vi mødes i Multihytten i Parken, og satser på en kort tur (også egnet for rollator) og en længere tur (4-5 km). Bagefter nyder vi vores medbragte kaffe i ved Multihytten.

De næste ture er: 8. apr., 13. maj og 17. juni - kl. 13:00.

Der er *ikke* tilmelding - I møder bare op.

Skulle det blive dårligt vejr bliver vi hjemme.



Foredrag:

Torsdag, den 25. april 2019 - kl. 13:00.

Arne Ipsen har gjort det igen -
"Med morfar ved Kulkysten".

Denne gang en fortælling om en opdigtet familie i Sorthat og deres børn og børnebørn "overfra", der kommer på sommerferie.

Her oplever de kysten mellem Hasle og Rønne, og morfar fortæller om realistiske og farverige historier fra området.

Kaffe og kage kan købes for 25,- kr.

Tilmelding senest den 11. april.



Bustur:

MANDAG, den 20. maj 2019 - kl. 11:00.

Jan Ole har pumpet bussen og fyldt suppe på tanken - så er vi klare til en tur ud på de bornholmske veje, og vi er tilbage på "Toftegården" igen mellem kl. 15:00 - 15:30. Hvad der sker der imellem - det aner vi ikke - bortset fra, at vi et eller andet sted skal have noget mad og vi skal vel også have lidt kaffe.

Busbillet incl. mad og kaffe koster 140,- kr.

Tilmelding og betaling senest den 13. maj



Se mere om arrangementerne og tilmelding ved opslag i Aktivitetscentret.