

UGEPLAN FOR AKTIVITETSCENTRET I HASLE

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORS DAG
10:00- 11:00: Go´ motion. Gymnastik for aktive ældre. Annemarie Sonne-Pedersen tlf. 2575 5989	13:00 - 15:00: lige uger Kreativt værksted. Kom og inspirer hinanden. 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
	13:00 - 15:00: ulige uger Kreativt værksted. Hygge - strik og snak.	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
		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. Johnny Drachmann tlf. 6171 3848

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

Aktivitetsrådets kommende møder:

Mandag, den 4. april kl. 14:30
 Mandag, den 2. maj kl. 14:30
 Mandag, den 13. juni kl. 14:30



KNUDEPUNKTET



Aktivitetstilbud til pensionister, førtidspensionister og efterlønsmodtagere

på Bornholm.

Toftelunden 5, 3790 Hasle .

Tlf. 30 18 04 56

April - Maj - Juni 2022

Forårs-arrangementer :

27. april kl. 13:30 Sangeftermiddag

20. maj kl. 11:00 Bustur

Ved Jons Kapel
juni 2021

AKTIVITETS RÅDET

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

Aktivitetsrådets mail: a.raadet@gmail.com

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:

*Det er jo sådan med alder,
at mænd får karaktertræk,
medens kvinder får rynker.*

Vilma Degischer

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-tors. 09:00-15:00.



Corona - igen igen.

Vi er stort set kommet igennem Corona tiden, men der er jo også gået næsten 2 år med restriktioner og nedlukninger.

Dermed er vi alle sammen også blevet 2 år ældre, og det kan måske være lidt svært, at komme tilbage til de gamle rutiner.

Men nu er forårets lyse tid på vej - humøret stiger - så tag bare naboen under armen og kom og deltag i Aktivitetscentrets arrangementer.

Sang-eftermiddag:

ONSDAG den 27. april 2022 kl. 13:30.

Vi har en aftale med Lisbeth Kjøller, at hun kommer og anslår tonen og takten på klaveret - og så er det bare at synge med for fuld hals.



Pris for kaffe-kage: 30 kr.

Tilmelding senest mandag, den 25. april.



Forårs-bustur:

FREDAG, den 20. maj 2022 - kl. 11:00.

Nu er det på tide, at vi kommer ud og ser om foråret er kommet til Bornholm. Jan Ole har lovet at vise os lidt rundt på øen - vi spiser en god menu et eller andet sted - og forventer at være hjemme igen ca. kl. 15:30.



Pris for bus og mad : 150 kr.
Tilmelding og betaling senest torsdag, den 12. maj.

Vi skal snart begynde at se på arrangementer, der skal gennemføres til efteråret.

Er der nogle, der er interesserede i at gå til engelsk, så arbejder vi videre med at få et hold op at køre.

Arne Ipsen har tilbudt et foredrag om Elin Lund - født på Sandegård i Rønne og har arbejdet som frivillig i terapien på Toftegården.

Giv gerne en tilbagemelding - om disse emner, eller om helt andre emner - så vil vi forsøge, at få det på programmet.

God sommer!

Se mere om arrangementerne og tilmelding ved opslag i Aktivitetscentret.