

A photograph of a large, textured tree trunk in a forest. The foreground is filled with green foliage and numerous small white flowers. The background shows more trees and a clear sky.

Hatting Centret

Åbent aktivitetscenter
Program 1/1 – 30/6 2024

Horsens Kommune

Indhold

I dette program finder du følgende:

Velkommen til Hatting Centret.....	4
Mød Centerrådet.....	6
Ugeplan for aktiviteter	7
Holdoversigt og information	8
Arrangementer og tilbud.....	14
Frivillig og gode råd.....	15
Adresse og kontaktinformationer	16

Velkommen til Hatting Centret

Velkommen til et spændende forår

Hatting Centret er et åbent aktivitetscenter for alle borgere i Horsens Kommune i alderen 60+ og førtidspensionister. Her har du mulighed for at gå på forskellige spændende og lærerige hold – fx slægtsforskning, gymnastik, li-nedance eller keramik samt at deltage i et berigende fællesskab – til vores talrige arrangementer.

På Hatting Centret er der rart at være og lære – og vi har fokus på samvær, hygge og gode stunder i hinandens selskab.

Alle hold ledes af frivillige vejledere, som har lyst og overskud til at lære fra sig indenfor hvert deres område. På den måde har vi en spændende palet af aktiviteter med noget for enhver smag.

På de næste sider kan du se, hvilke faste aktiviteter vi har på centret. Alle vores øvrige arrangementer findes i et særskilt hæfte, som fås på centret – eller du kan se dem på vores Facebook-side: "Hatting Centret".

Vi viser dig gerne rundt og fortæller om stedet. Sammen kan vi finde frem til, hvad du kunne have lyst til at deltage i. Kontakt blot aktivitetsmedarbejderen, så finder vi en tid.

Vi glæder os til at møde dig og byde dig velkommen.

Aktivitetsmedarbejder
Anne Grete Bøndergaard



Mød Centerrådet

Centerrådet er husets brugervalgte bestyrelse, som vælges på årsmødet, der normalvis ligger i slutningen af februar.

Centerrådets opgave er bl.a. at varetage brugernes interesser og skabe opmærksomhed omkring tilbud på centret.

Centerrådet hjælper derudover med tilrettelæggelse af arrangementer, aktiviteter m.v. Centerrådet har stor indflydelse på aktiviteter og tilbud i huset og modtager meget gerne nye ideer.

Alle borgere i Horsens Kommune i alderen 60+ og førtidspensionister er opstillings- og stemmeberettigede.

Centerrådet består af:

Formand	Ellen Berthelsen	Medlem	Jette Larsen
Næstformand	Jytte Frederiksen	Medlem	Annemarie Jensen
Kasserer	Elly Jensen	1. suppleant	Ernst Mortensen
Medlem	Tove Pedersen	2. suppleant	vacant
Medlem	Sonja Andersen		

Ugeplan for aktiviteter

Mandag

Træværksted	09.00
Ølbrygning	09.00
Linedance	09.30
Litteraturgruppe 2 (sidste mandag i måneden)	10.30
Billard	13.00 og 14.30
Malegruppe (hver anden uge)	13.00
Keramik	10.30

Tirsdag

Fællessang	10.00
Hold dig frisk	10.00
Krolf	13.30
Madlavning for mænd (første tirsdag i måneden)	17.00
Banko (anden tirsdag i måneden)	19.00

Onsdag

Yoga	08.30
Træværksted	09.00
Billedbehandling	09.15
Kreativ værksted	10.00
Morgencafe	10.00
Skip-bo kortspil	13.00
Billard/dart (vinter)	13.30
Petanque (sommer)	13.30

Torsdag

Træværksted	09.00
En tur på løbebåndet	10.00
Gåfællesskab	10.00
Litteraturgruppe 1	10.15
Slægtsforskning	13.00
Krolf	13.30
Madlavning for kvinder (Se dato på opslagstavlen)	17.00

Fredag

Yoga	08.30
Stolegymnastik	10.30

Holdoversigt og information



Banko

På Hatting Centret elsker vi banko. Kom og spil med – det er den 2. tirsdag i måneden, og der er altid fine gevinster og hyggeligt samvær.

Tid: Den 2. tirsdag i måneden kl.

19.00: 9/1, 13/2, 12/3, 9/4, 14/5

Kontakt: Centerrådet

Billard

På Hatting Centret er vi så heldige at have et billardbord, som vi har stor glæde af. Vi er en flok glade pensionister, der mødes og spiller og har det rigtig hyggeligt med hinanden.

Tid: Mandag kl. 13.00 – 14.30 og 14.30 – 16.00

Vejleder: Jens Christensen

Opstart: 8/1

Billedbehandling

Lær at bruge og behandle billeder og udvid dine kompetencer inden

for IT. Der kan også være fokus på og hjælp til andre IT opgaver.

Tid: Onsdag kl. 9.15 – 11.30

Vejledere: Hans Johansen og Aase Thyssen

Opstart: 4/1

Fællessang

Hver tirsdag kan du deltage i et fantastisk sangfællesskab på centret. Vi synger et bredt udvalg af sange – og du har mulighed for at komme med sangønsker.

Tid: Tirsdag kl. 10.00 – 11.30

Pianist: Marie Bie

Opstart: 2/1

En tur på løbebåndet

Hatting Centret har et fint motionslokale med bl.a. cykler, crosstrainer og løbebånd. Har du lyst til at træne med nogen, men mangler en makker? Hver torsdag møder vores frivillige op kl. 10 – og er klar til at træne

sammen med dig. Er der ikke mødt nogen op ca. 10.15 går den frivillige hjem igen – kontakt gerne aktivitetssmedarbejderen, hvis du ønsker at træne fast med en makker.

Tid: Torsdag kl. 10.00 – 11.00

Vejleder: Erik Bjerring

Opstart: 4/1

Gudstjeneste

På Hatting Centret er der gudstjeneste ved den lokale sognepræst. Gudstjenesten begynder kl. 14.00 og slutter af med kirkekaffe, som er gratis at deltage i.

Alle er meget velkomne.

Datoer: 27/2, 26/3, 23/4, 28/5, 25/6

Gåture (gåfællesskab)

Kom med på en gåtur på ca. 1 time – gåturene starter og slutter fra hovedindgangen ved Hatting Centeret. Vi går i et roligt tempo, og vi venter på hinanden undervejs.

Der er rig mulighed for gode snakke, mens vi går. Gåturene ledes af en frivillig gå-vært, og turene foregår rundt i Hatting by – og ruterne vil variere. Det er gratis at deltage, og tilmelding er ikke nødvendig – du møder bare op.

Tid: Torsdag kl. 10.00

Gå-vært: Erna Germann

Opstart: 4/1

Hold dig frisk hele livet

Sund motion for hjerte og hjerne. Vi har fokus på at styrke hele kroppen og bruger forskellige redskaber bl.a. elastikbånd, bolde, måtter. Vi starter udenfor – og rykker indendørs, når vejret byder det.

Tid: Tirsdag kl. 10.00

Vejleder: Aase Thyssen

Sted: Udendørs hvis muligt – eller i datastuen

Opstart: 9/1



Individuel styrketræning

Der er mulighed for at selvtræne i vores dejlige motionslokale. Det er dog vigtigt, at du først introduceres til maskinerne. Er du interesseret kontakt da Erik Bjerring eller aktivitetsmedarbejderen.

Individuel vejledning ved træningsassistenten

Få et individuelt øvelsesprogram med introduktion i hensigtsmæssige øvelser hos træningsassistent, Susanne Secher Christensen. Tilmelding på centret – eller ved kontakt til aktivitetsmedarbejderen. Datoer for instruktion: Se venligst opslag i træningslokalet eller henvend dig til aktivitetsmedarbejderen. Se venligst opslag på opslagstavlen.

Keramik

Keramik er tilbage som kreativ aktivitet på Hatting Centret med nye vejledere. Holdet er for dig, der elsker

at bruge dine hænder og skabe i ler. Vejlederne er klar med ideer og inspiration – og sørger for brænding. Der betales for materialer.

Tid: Mandag kl. 10.00

Vejledere: Else Skytte Andersen og Britta Christensen

Kortspillet Skip-bo

Kom og vær med til et hyggeligt spil kort. Skip-bo er sjovt, og du skal nok få det lært hurtigt.

Tid: Onsdag kl. 13.00 – 15.00

Opstart: 3/1

Krolf

Krolf er en blanding af golf og krocket. Kom og vær med – det er sjovt, og man får sig rørt. Vi spiller hele året.

Tid: Tirs- og torsdag kl. 13.30 – 15.30

Vejledere: Hans Erik og Helmer

Opstart: 2/1

Kreativt værksted

Hver onsdag er der mulighed for at være kreativ i samvær med andre.

Kom og lad dig inspirere eller inspirer andre.

Tid: Onsdag kl. 10.00 – 14.00

Opstart: 3/1

Litteraturredgruppe 1

Her har du mulighed for at læse spændende bøger og derefter drøfte dem i fællesskab med andre.

Tid: Torsdag kl. 10.15 – 11.30

Vejleder: Bent Hansen

Opstart: 11/1

Litteraturredgruppe 2

Her har du mulighed for at læse spændende bøger og derefter drøfte dem i fællesskab med andre.

Tid: Sidste mandag i måneden kl. 10.30 – 12.00

Vejleder: Tove Schack-Nielsen

Opstart: 29/1

Linedance

Hver mandag kommer Diana fra Horsens New Style Dance Club og

underviser i linedance. Der undervises på high beginner- og improver niveau.

Tid: Mandag kl. 9.30

Vejleder: Diana

Opstart: 8/1

Malegruppe

Kom og mal sammen med andre i et hyggeligt fællesskab og udfold din kreativitet. Man medbringer selv materialer.

Tid: Mandag kl. 13.00 (hver anden uge)

Vejleder: Jette Romedahl Andersen

Madlavning for kvinder

Kom og lav mad i selskab med en flok skønne kvinder. Vi tilbereder og nyder maden sammen og deles om udgifterne. Efter maden spiller vi og hygger.

Vejleder: Jette Romedahl Andersen

Datoer: Se opslag eller kontakt aktivitetsmedarbejderen.



Madlavning for mænd

Kom og lav mad sammen med andre mænd. Vi tilbereder og nyder maden sammen – og deles om udgifterne.

Tid: Den første tirsdag i mnd. kl. 17.00

Vejleder: Jens Jørgen Andersen

Opstart: 2/1

Morgencafe

Hver onsdag kan du komme til morgencafe. Her dækkes der hyggeligt bord, og du kan købe et rundstykke med ost og marmelade – samt kaffe/te for 20 kr.

Der er altid god stemning, masser af snak og hyggeligt samvær. Der er ingen tilmelding, så man møder bare op.

Tid: Onsdag kl. 10.00

Opstart: D. 3/1

Petanque – billard/dart

Mød op til hygge og socialt samvær på petanquebanen, hvor det både

gælder om at være heldig og præcis. Petanque er en sommeraktivitet fra april-oktober. I vinterhalvåret spiller vi billard og dart.

Tid: Onsdag kl. 13.30 – 15.00

Vejledere: Johannes og Jens

Opstart: 3/1

Stolegymnastik

I stolegymnastik træner vi siddende, men det betyder ikke, at vi ikke får sved på panden og ømme muskler. Gennem mange forskellige øvelser kommer vi kroppen igennem – lige fra fødder og ben til arme og nakken.

Tid: Fredag kl. 10.30

Vejleder: Aase Thyssen

Opstart: 5/1

Slægtsforskning

Dyk ned i din egen slægt og bliv klogere på, hvem dine forfædre var.

Tid: Torsdag kl. 13.00 – 15.00

Vejleder: Bent Schack-Nielsen

Opstart: 4/1

Træværksted

Har du lyst til at arbejde med træ, er dette holdet for dig. Værkstedet har mange gode maskiner, så der er rig mulighed for at lave mange fine ting. Inden du begynder i værkstedet, skal du læres op af én af vejlederne.

Tid: Mandag, onsdag og torsdag fra 9.00 – 12.00

Vejledere: Jens Harry, Erik Mortensen og Børge Hansen

Opstart: 3/1 og 4/1

Yoga

Hatting Centret har to yogahold. I yoga træner du både smidighed, balance og ro. Der er plads til max. 7 personer på holdet.

Tid: Ons- og fredag kl. 8.30 – 9.30

Vejleder: Hanne Andersen

Opstart: 3/1 og 5/1

Ølbrygning

Kom og lær alle brygningens spændende processer i et godt fællesskab med andre. Brygningen strækker sig over flere uger – inden man får lov at nyde det færdige resultat. Hvert bryg koster 400 kr., som man deles om at betale på brygholdet. Dette dækker ingredienser, evt. fejl bryg, vedligehold af udstyr og rengøringsmaterialer. Når øllet er færdigt deler man brygget.

Er du interesseret i at høre mere eller komme med på holdet – skriv da en mail til Holger Andersen på: holgerhatting@gmail.com. Så kommer du på Hatting Bryglaugs mail-liste, hvor der skrives ud, når der startes nye bryg op. Man tilmelder sig ad denne vej.

Tid: Mandag kl. 9.00

Vejledere: Gert Kristensen og Holger Andersen

Arrangementer og tilbud

På Hatting Centret har vi et væld af forskellige arrangementer – og vi prøver altid at ramme noget for enhver smag.

I foråret 2024 kan du bl.a se frem til:

Nytårskur, et spændende foredrag om Siriuspatruljen, påskefrokost, tema-frokost, sommerfest, Kulturfestival i Egebjergshallen – samt meget, meget mere.

For yderligere information hent da vores arrangementsprogram eller skriv til aktivitetsmedarbejderen.

Hatting Sogns Lokalhistoriske Arkiv

I kælderen på Hatting Centret finder du det lokalhistoriske arkiv. Arkivet har åbent den første tirsdag i hver måned 19:00 til 21:00 eller efter aftale.

Kontakt Aase Thyssen på 23 35 76 12.

Busture

Glem heller ikke vores fine busture. Ca. hver 14. dag kører bussen afsted på tur til skønne destinationer. Turene vil hovedsageligt finde sted torsdag eftermiddag. Hold øje med opslagstavlen og arrangementsprogrammet.

Frivillig og gode råd

Har du lyst til at være frivillig på Hatting Centret?

På Hatting Centret har vi over 50 frivillige, der hver dag hjælper med mange forskellige opgaver. Det kan være som vejleder på et hold eller opgaver i forbindelse med afvikling af arrangementer.

De frivillige deler ud af deres tid, viden og omsorg – og er derved med til at give sig selv og andre mange gode oplevelser. Den frivillige indsats er helt afgørende for Hatting Centret og den atmosfære, vi har skabt her.

Er du nysgerrig på, hvad det vil sige at være frivillig på Hatting Centret og bringe netop dine evner og ideer i spil? Måske har du en interesse, som du har lyst til at dele med andre eller vil hjælpe til med at løse praktiske opgaver. Kontakt venligst aktivitetsmedarbejderen på telefon eller mail. Kontaktoplysninger står bagerst på dette program.

3 gode råd

• Hvordan holder jeg mig selvhjulpen?

Du kan selv gøre rigtig meget for at holde dit funktionsniveau oppe. For eks. gå ture.

• Hvordan undgår jeg at blive ensom?

På de åbne aktivitetscentre er der gode muligheder for at lære nye mennesker at kende og udvide dit netværk.

• Hvad kan jeg selv gøre?

Du kan være udadvendt, smilende, ærlig og opsøgende på andre mennesker. Husk at holde den gode tone.

Aktivitsmedarbejder

Anne Grete Bøndergaard

Tlf. 24 95 90 33

Mail: agb@horsens.dk

Aktivitsmedarbejder og afløser

Kirsten Kofoed

Tlf. 21 58 62 97

Hatting Centret

Smedebakken 1

8700 Horsens