



# Nørrevang

Åbent aktivitetscenter  
Program 1/1 – 30/6 2024

**Horsens Kommune**

# Indhold

## I dette program finder du følgende:

Velkommen til Nørrevang .....	4
Aktivitetsmedarbejdere .....	6
Mød Centerrådet.....	7
Mød Nørrevangs Venner .....	8
Ugeplan for aktiviteter .....	9
Holdoversigt og information .....	10
Arrangementer og tilbud.....	14
Frivillig – er det noget for dig? .....	15
Adresse og kontaktinformationer .....	16

# Velkommen til Nørrevangs Aktivitetscenter

Nørrevang Centret er et åbent aktivitetscenter beliggende i Stensballe i Horsens Kommune. Aktivitetscentret er et tilbud til kommunens førtids-pensionister og borgere over 60 år. På Nørrevang tilbydes et bredt udvalg af aktiviteter, og aktivitetsprogrammet er sammensat ud fra brugernes ønsker. Alle aktiviteter afvikles under vejledning af frivillige, vejledere og aktivitetsmedarbejdere.

Der er frit valg i forhold til at deltage i en eller flere aktiviteter. Flere af aktiviteterne kræver tilmelding på grund af deltagerbegrænsning. Har du spørgsmål til nogle af aktiviteterne, er du altid velkommen til at kontakte aktivitetsmedarbejderne.

Hvis du har en interesse eller kundskaber, du gerne vil dele med andre, hører vi gerne fra dig. Vi hjælper med at iværksætte nye initiativer gerne med dig som frivillig vejleder.

Vores målsætning er at være mødested og center med varierende aktiviteter, der lægger vægt på samvær, netværk, fællesskab, udvikling og livskvalitet med borgeren i centrum.

Vi glæder os til at byde jer velkommen indenfor på Nørrevang. Vel mødt til en spændende sæson i aktivitetscentret.

Med venlig hilsen  
Nørrevangs Centerråd, Nørrevangs Venner og Aktiviteten



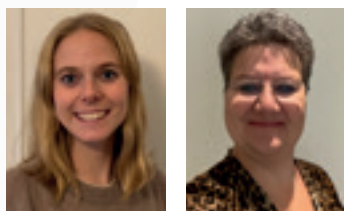
## Aktivitetsmedarbejdere

Kathrine Nyholm står for aktiviteterne på Nørrevang i samarbejde med Karina Daniel- sen og Rikke Jensen, som arbejder i flexjob.

For os er det vigtigt, at alle skal føle sig vel- komne og godt tilpas, når du træder ind ad døren på Nørrevang. Vi gør meget ud af at lave meningsfulde aktiviteter og interessante arrangementer, så der er noget for enhver. Vi har et stort ud- valg af arrangementer og aktiviteter, som du kan læse mere om på de føl- gende sider og på arrangementsoversigten, der er vedlagt dette program.

Nørrevang har en stor gruppe af frivillige, som laver et stort stykke arbejde til glæde for brugerne af det åbne aktivitetscenter. Hvis du kan se dig selv som frivillig, hører vi meget gerne fra dig. Som frivillig vil du blive en del af et netværk med sammenhold og venskaber. Henvend dig gerne til aktivitets- medarbejder Kathrine Nyholm på telefon 51 72 47 96 eller mail [knkn@horsens.dk](mailto:knkn@horsens.dk).

Aktivitetsmedarbejderen udgiver hver måned et nyhedsbrev, hvor du kan holde sig opdateret omkring, hvad der sker på Nørrevang. Derudover bliver der sendt invitationer og anden relevant information ud via nyhedsbrevet. Ønsker du at modtage nyhedsbrevet, skal du blot sende din mailadresse til Kathrine Nyholm [knkn@horsens.dk](mailto:knkn@horsens.dk).



## Mød Centerrådet



**Formand**  
Birte Kloppenborg  
Tlf.: 27 44 23 48



**Næstformand**  
Kirsten Jensen  
Tlf.: 40 80 61 11



**Kasserer**  
Jens Pii Johannesen  
Tlf.: 28 19 42 51



**Sekretær**  
Anna Marie Lundsgaard  
Tlf.: 40 31 94 23



**Bestyrelsesmedlem**  
Lis Anni Laursen  
Tlf.: 23 26 47 56



**Suppleant**  
Birgitte Nørby  
Tlf.: 61 71 86 74



**Suppleant**  
Britt Pedersen  
Tlf.: 24 85 97 85

# Nørrevangs Venner



**Formand**  
Laila Ansager  
Tlf.: 40 47 47 27



**Kasserer**  
Hans Enemark  
Tlf.: 20 40 85 10



**Medlem**  
Lizzie Egholm  
Tlf.: 61 67 18 48



**Medlem**  
Anni Dalby  
Tlf.: 21 40 73 29



**Medlem**  
Hanna Bülow  
Tlf.: 22 35 53 04

**Suppleant**  
Tove Clausen  
Tlf.: 75 66 72 46

**Suppleant**  
Karen Madsen  
Tlf.: 20 49 35 16

## Ugeplan for aktiviteter

### Mandag

Morgenmad for ældreboligerne	kl. 09.00
Billard	kl. 09.00
Cykelhold	kl. 09.30
Stensballe lokalhistoriske arkiv	kl. 10.00
Billard	kl. 13.00
Bridge	kl. 13.30

### Tirsdag

DGI gåhold	kl. 09.00
Keramik	kl. 09.30
Stolegymnastik	kl. 10.30
Litteraturkreds 1 (én gang i mdr.)	kl. 13.30
Sang	kl. 14.30
Banko (1. tirsdag i mdr.)	kl. 19.00

### Onsdag

Morgenmad for mænd	kl. 09.00
Callanetic	kl. 09.00
Billard	kl. 10.00
Blomsterdekorationer (ulige uger)	kl. 10.15
Billard	kl. 12.00
Spisefællesskab	kl. 12.00
Litteraturkreds 2 (én gang i mdr.)	kl. 13.30
Gudstjeneste (1. og 3. onsdag i mdr.)	kl. 14.30

### Torsdag

Billard	kl. 09.00
Krolf/billard	kl. 10.00
Gåhold for mænd	kl. 10.00
Madklub (lige uger)	kl. 12.00
Patchwork 1 (lige uger)	kl. 13.00
Patchwork 2 (ulige uger)	kl. 13.00
Torsdagsklub (for ældreboligerne og Solvænget)	kl. 14.30

### Fredag

Billard	kl. 09.00
---------	-----------

### Søndag

Søndagskaffe (for ældreboligerne og Solvænget)	kl. 15.00
---------------------------------------------------	-----------



# Holdoversigt og information



## **Banko**

Nørrevangs Venner inviterer den første tirsdag i hver måned til bankospil i caféen. Der serveres kaffe og kage, og alle er velkommen.

**Hvor:** Caféen

**Hvornår:** 1. tirsdag i mdr. kl. 19.00

## **Billard**

I billardlokalet er der mulighed for at spille billard. Der er flere hold, der spiller i løbet af ugen.

Kunne du tænke dig at spille billard på et hold, eller er I en flok, der gerne vil spille sammen, så kontakt aktivitetsmedarbejderen om, hvornår der er ledige tider.

**Hvor:** Billardlokalet

**Hvornår:** Hver dag

## **Blomsterdekorationer**

På blomsterdekorationsholdet kan du lave en flot dekoration, der kan stå og pynte derhjemme hele ugen. De frivillige vejledere står klar til at hjælpe. Alle er velkommen. Der er deltagerbetaling.

**Hvor:** Værkstedet

**Hvornår:** Onsdag kl. 10.15–11.30 i ulige uger

**Vejledere:** Inge Kjær, Lajla Andsager og Ruth Holm

## **Bridge**

Hver mandag spilles der bridge i caféen på Nørrevang. Ved interesse for holdet kan aktivitetsmedarbejderen kontaktes, som vil videresende til Ellen Visby.

**Hvor:** Caféen

**Hvornår:** Mandag kl. 13.30–17.30

**Vejleder:** Ellen Visby

## **Callanetic**

Holdet mødes hver onsdag, hvor der bliver undervist i bevægelsesformen callanetic. Henvendelse til aktivitetsmedarbejderen ved interesse. Der er deltagerbegrænsning på dette hold.

**Hvor:** Caféen

**Hvornår:** Onsdag kl. 9.00–11.00

**Pris:** Der afregnes med underviseren

## **Cykelhold**

En gruppe cykler sammen fra Nørrevang om mandagen. Holdet er både for mænd og kvinder, og alle kan være med både øvede og uøvede. Du er også velkommen til at komme på elcykel. Der cykles mellem 16–22 km i området i og omkring Horsens.

**Hvor:** Foran Nørrevang indgang A

**Hvornår:** Mandag kl. 09.30

## **DGI gåhold**

Hver tirsdag går DGI gåholdet en god lang tur i moderat-højt tempo.

**Hvor:** Mødes ved multihallen ved Stensballeskolen

**Hvornår:** Tirsdag kl. 09.00

**Vejledere:** Annie Brødsgaard og Benthe Midtgaard

## **Gudstjeneste**

1. og 3. onsdag i måneden er der gudstjeneste på Nørrevang, hvor præsterne Gudmund Rask Pederesen og Sanne Egeberg Dahlsen skiftes til at afholde gudstjenesten.

Der serveres kaffe og kage, og alle er velkommen.

**Hvor:** Caféen

**Hvornår:** 1. og 3. onsdag i måneden kl. 14.30

## **Gåhold for mænd**

Hver torsdag går en gruppe mænd en tur på ca. 5 km i moderat tempo rundt i lokalområdet.

**Hvor:** Mødested ude foran indgang B på Nørrevang

**Hvornår:** Torsdag kl. 10.00

## **Keramik**

På keramikholdet kan der fremstilles mange kønne brugs- og pynteting til "små" penge. Vi har vores egen keramik ovn.

**Hvor:** Værkstedet

**Hvornår:** Tirsdag kl. 09.30–12.00

**Vejleder:** Birgit Mogensen og Hanne Kækel

## **Krolf**

Når vejret er godt spiller en gruppe krolf på græsplænen ved Nørre-



vang. Alternativ spilles der billard i billardlokalet.

**Hvor:** Græsplænen ved Nørrevang eller billardlokalet

**Hvornår:** Torsdag kl. 10.00–12.00

#### Litteraturkreds 1

Litteraturkredsen vælger i fællesskab en bog, som de mødes og snakker om, når den er læst. Der er deltagerbegrænsning på dette hold.

**Hvor:** Aktivitetslokalet

**Hvornår:** 3. tirsdag i mdr. kl. 13.30

**Vejleder:** Birte Kloppenborg

#### Litteraturkreds 2

Litteraturkredsen vælger i fællesskab en bog, som de mødes og snakker om, når den er læst. Der er deltagerbegrænsning på dette hold.

**Hvor:** Aktivitetslokalet

**Hvornår:** 3. onsdag i mdr. kl. 13.30

**Vejleder:** Lis Anni Laursen

#### Madklub

I torsdagsmadklubben på Nørrevang mødes en lille gruppe og

spiser sammen. Frivillige sørger for at dække bord og hygge om gæsterne. Ved interesse kontaktes aktivitetsmedarbejderen. Der er deltagerbegrænsning på dette hold.

**Hvor:** Aktivitetslokalet

**Hvornår:** Torsdag kl. 12.00 i lige uger

#### Morgenmad for mænd

Der serveres rundstykker og kaffe. Egenbetaling 15 kr. pr. gang. Ved interesse kontaktes aktivitetsmedarbejderen. Der er deltagerbegrænsning på dette hold.

**Hvor:** Aktivitetslokalet

**Hvornår:** Onsdag kl. 09.00–10.00

**Vejledere:** Rikke og Kathrine

#### Patchwork 1

Med fælles inspiration laves der mange flotte tæpper på dette hold, hvor stofrester kan bruges. Det hele foregår under hyggeligt samvær.

**Hvor:** Værkstedet

**Hvornår:** Torsdag kl. 13.00 i lige uger

**Vejleder:** Ellen Visby

#### Patchwork 2

Med fælles inspiration laves der mange flotte tæpper på dette hold, hvor stofrester kan bruges. Det hele foregår under hyggeligt samvær.

**Hvor:** Værkstedet

**Hvornår:** Torsdag kl. 13.00 i ulige uger

**Vejleder:** Dorit Simonsen

#### Sang

En stor flok mødes hver tirsdag til dejlig sang i caféen, hvor Arne på humoristisk vis slår tonen an og hvor frivillige pianister spiller til. Alle er velkommen.

**Hvor:** Caféen

**Hvornår:** Tirsdag kl. 14.30–16.00

**Vejleder:** Arne Blaabjerg – der er skiftende frivillige, som spiller til.

#### Spisefællesskab

Har du lyst til at spise sammen med andre i et trygt og hyggeligt spisefællesskab? En gruppe af frivillige sørger for at dække et hyggeligt bord og hygge omkring gæsterne. Er du interesseret i at deltage, så

kontakt aktivitetsmedarbejderne. Der er deltagerbegrænsning på dette hold.

**Hvor:** Caféen

**Hvornår:** Onsdag kl. 12.00

#### Stolegymnastik

Vi laver stolegymnastik, hvor hele kroppen bliver rørt, samtidig med at vi har det sjovt. Ønsker du at deltage, kontakt Annie eller aktivitetsmedarbejderen. Der er deltagerbegrænsning på dette hold.

**Hvor:** Caféen

**Hvornår:** Tirsdag kl. 10.30–11.15

**Vejledere:** Annie Brødsgaard

# Arrangementer og tilbud

På Nørrevang holder vi af at arrangere foredrag, koncerter og fester. Hvert forår og efterår udgives en arrangementsoversigt, hvor du kan se, hvilke arrangementer, du kan deltage i det næste halve år. Kontakt aktivitetsmedarbejderen for at få en oversigt.

## Suppeaften på Nørrevang

Vi vil gerne invitere alle til suppeaften på Nørrevang. Vi mødes 4 gange om året, hvor vi helt uformelt mødes over to forskellige slags suppe med hjemmebagt brød og slutter af med kaffe og småkager. Vores koncept er, at det er uforpligtende og under hyggelige former. Tag gerne dine børn, nabo, ven eller andre med som har lyst til nem og lækker aftensmad. Tilmelding er altid en uge inden suppeaftenen. Tilmelding til aktivitetsmedarbejderen tlf.: 51 72 47 96 eller mail: knkn@horsens.dk

## Fællesspisning

En gruppe frivillige har startet fællesspisning op, hvor I mødes over noget rigtig god mad, drikke og en masse snak. I medbringer selv alt

service – til gengæld kan man købe billige drikkevarer. Prisen er 130 kr. for mad – derudover drikkevarer. Tilmelding er altid tre dage inden fællesspisningen. Tilmelding til aktivitetsmedarbejderen, tlf.: 51 72 47 96 eller mail: knkn@horsens.dk.

## Træningsrummet

På Nørrevang har vi et fint træningsrum, som du er meget velkommen til at benytte til selvtræning. Før du må træne på egen hånd, skal du have en introduktion til maskinerne af vores træningsassistent. Vores træningsassistent Susanne introducerer to personer pr. ½ time hver anden måned. Tilmeldingsseddél hænger ved indgangen til træningsrummet. Træningsrummet er åbent alle dage fra kl. 07.00.

# Frivillig

## Har du lyst til at være frivillig på centret?

På Nørrevang Centret er vi mange frivillige, der hver dag hjælper med forskellige opgaver. Det kan være som vejleder på et hold eller opgaver i forbindelse med afvikling af arrangementer, praktisk hjælp, planlægning osv.

De frivillige deler ud af deres tid, viden og omsorg – og er dermed med til at give sig selv og andre gode oplevelser. Den frivillige indsats er helt afgørende for Nørrevang Aktivitetscenter og for livet og den dejlige atmosfære på centret.

Kunne du have lyst til at være frivillig på aktivitetscentret og bringe netop dine evner og idéer i spil? Måske har du en interesse, som du gerne vil dele med andre – eller måske du har lyst til at give en praktisk hånd med? Kontakt da gerne aktivitetsmedarbejderen på 51 72 47 96 eller knkn@horsens.dk.





**Aktivitetsmedarbejder**

Kathrine Nyholm Knudsen

Tlf. 51 72 47 96

Mail: [knkn@horsens.dk](mailto:knkn@horsens.dk)

**Nørrevang Centret**

Brådhusvej 50

8700 Horsens