

The background image shows the exterior of Ceres Centret. On the left is a yellow brick building with large glass windows. To the right is a modern glass extension with a white canopy and outdoor seating. In the foreground, there are lush green bushes with red and white flowers. The sky is blue with some clouds.

Ceres Centret

Åbent aktivitetscenter
Program 1/7 2025 – 30/6 2026

Horsens Kommune

Indhold

I dette program finder du følgende:

Velkommen til Ceres åbne aktivitetscenter	3
Mød Centerrådet.....	4
Holdledere og hjælpere	5
Ugeplan for holdaktiviteter.....	6
Holdbeskrivelser	8
Arrangementer, ture og praktisk information.....	14
Adresse og kontaktinformationer	16

Velkommen til Ceres åbne aktivitetscenter

Hjertelig velkommen til Ceres åbne aktivitetscenter. I dette program finder du forskellige informationer om holdaktiviteter og arrangementer for alle bosat i Horsens Kommune og som er i alderen 60+ eller førtidspensionister. Det kræver ingen medlemskab at være med, men du betaler selv for udgifter til f.eks. forplejning og materialer. På enkelte hold er der en deltagerbetaling for brug af maskiner og andre redskaber.

På Ceres Centret har vi fokus på samvær, hygge og gode stunder i hinandens selskab. Her handler det ikke kun om at være produktiv i selve aktiviteten – men også om nærvær, samtaler og fællesskab.

Frivillighed er aktivitetscentrets DNA. De omkring 70 frivillige, der er tilknyttet, står sammen med aktivitetsmedarbejderen og Centerrådet, i spidsen for en skøn mangfoldighed i alt hvad der foregår. Så vi håber, du vil sætte pris på de mange muligheder og forskelligheder.

Du finder **kontaktoplysninger** på aktivitetsmedarbejderen på bagsiden af dette program.

Vi vil meget gerne vise dig rundt og fortælle om, hvad aktivitetscentret byder på. Vi har rundvisning kl. 12 den første tirsdag i hver måned. Vi starter foran aktiviteten. Der er ingen tilmelding, så bare mød op. Du er også altid velkommen til at komme forbi og se dig omkring.

HUSK at du også kan følge med på vores **Facebookside**
– Ceres åbne aktivitetscenter.

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

Mød Centerrådet

Centerrådet er den brugervalgte bestyrelse for Ceres åbne aktivitetscenter. Aktivitetsmedarbejderen sidder også med i Centerrådet.

Formålet med centerrådets arbejde er at sikre brugernes interesser og indflydelse i forhold til centrets aktiviteter.

Du er altid velkommen til at skrive til Centerrådet på mail:

centerradceres@gmail.com. Du kan også skrive en besked til os og lægge den i postkassen ved butik GAVEHJØRNET på Aktivitetstorvet.

Centerrådet holder møde kl. 12.00 - 14.00 på følgende datoer:

25/8, 22/9, 20/10, 17/11 og 15/12 i 2025.

12/1, 9/2, 9/3, 6/4, 4/5, 1/6 og 29/6 i 2026.

Under Centerrådet er der nedsat forskellige udvalg bl.a. arrangementsudvalg, bevægelsesudvalg og kommunikationsudvalg. Du finder mere viden om de forskellige udvalg m.m. i informationsmappen i aktiviteten eller ved at søge ind i **informationsgruppen** under vores Facebookside.

Vi arbejder hele tiden for at udvikle mulighederne for aktiviteter efter brugernes ønsker, så tøv ikke med at dele dine ideer med os, og spørg endelig ind til vores arbejde.

Holdledere og hjælpere

Hvert hold har en frivillig holdleder, som byder nye brugere velkommen og giver en grundig introduktion til både det praktiske og det fællesskab, der kendetegner holdet.

Holdlederen står ikke for undervisning, men skaber rammen for, at brugerne sammen driver aktiviteten og deltager aktivt i fællesskabet.

Holdlederen er også bindeled til udvalgsforpersonen, så aktiviteterne hænger godt sammen med Centerrådets beslutninger.

På nogle hold, hvor der er mange praktiske opgaver, har holdlederen en frivillig hjælper, som – efter aftale – tager del i de daglige gøremål. Det forventes dog, at alle brugere hjælper til, særligt med oprydning og rengøring, og bidrager til den gode stemning, så fællesskabet kan trives.

Ud over holdledere og hjælpere har vi også andre frivilligroller tilknyttet. Alle frivillige udfylder en aftaleerklæring sammen med aktivitetsmedarbejderen og får en grundig introduktion. To gange om året inviteres de frivillige til henholdsvis en fest og et dialogmøde.

Brænder du for at igangsætte en ny aktivitet, så hold dig ikke tilbage med at kontakte aktivitetsmedarbejderen eller Centerrådet.

Ugeplan for aktiviteter

Mandag

Ølbrygning	ad hoc
Syklub	09.30 – 13.00
Træværksted	10.00 – 14.00
Keramik	10.00 – 14.00
Fællesskabet	10.00 – 15.00

Tirsdag

Ølbrygning	ad hoc
Keramik	10.00 – 13.00
Korthold	10.00 – 14.00
Træværksted	10.00 – 14.00
Fællesskabet	10.00 – 15.00
Linedance	11.00 – 13.00
Kreahygge	13.00 – 15.00
Go' madlavning	14.00 – 18.00
(se datoer i holdbeskrivelsen)	

Onsdag

Ølbrygning	ad hoc
Patchwork	09.00 – 14.00
Dejlig mad med øl	09.00 – 14.30
(se datoer i holdbeskrivelsen)	
Gåfællesskab	10.00 – 11.15
Akvarel & Akryl malehold	10.00 – 12.00
Glashold	10.00 – 12.00
Mandehørm	10.00 – 12.00
Træværksted	10.00 – 14.00
Fællesskabet	10.00 – 15.00
Boccia	10.30 – 11.30
Ceres Sanggruppe	12.15 – 13.15
Bordtennis	12.30 – 14.00
Strikke Café	13.30 – 17.00

Torsdag

Ølbrygning	ad hoc
Knipling	09.00 – 11.30
Linedance	09.30 – 12.00
Skak	10.00 – 12.00
Træværksted	10.00 – 14.00
Fællesskabet	10.00 – 15.00
Spisefællesskab	12.00 – 13.30
Snapselaug NYT	12.00 – 14.00

Fredag

Ølbrygning	ad hoc
Træværksted	09.30 – 14.00
Fællesskabet	10.00 – 13.00
Bordtennis	12.30 – 14.00

Lørdag/Søndag

Ølbrygning	ad hoc
------------	--------

SAMVÆR NETVÆRK
FÆLLESSKAB
FRIVILLIGHED GLÆDE
LIVS KVA-LITET
VI LØFTER I FLOK
AKTIVITETEN
VENSKAB


Holdbeskrivelser

Akvarel & Akryl malehold

Vi har et rigtigt hyggehold, hvor der er plads til alle, om du er nybegynder eller øvet. Vi maler med akryl, akvarel, tegner m.m. Vi hjælper hinanden på holdet. Der er ingen tilmelding, du kan bare møde op.

Onsdag kl. 10.00 – 12.00 i rum 1

Boccia

Boccia er et kuglespil, der er i familie med boules og petanque. Vi spiller indendøre, og der er mulighed for at spille siddende. Der er ingen tilmelding, du kan bare møde op. Vi spiller for at have det sjovt.

Onsdag kl. 10.30 – 11.30 i sal 1

Bordtennis

Vi spiller for at ha' det sjovt, og det giver sved på panden. Kunne du godt tænke dig at spille bordtennis, så kan vi hjælpe med at finde en makker, som spiller for hyggen og for et godt grin. Så kig ind og hør mere.

Onsdag og fredag kl. 12.30 – 14.00 i sal 1

Ceres Sanggruppe

For dig, der holder af at synge sammen med andre og nyder fællesskabet omkring musikken. Holdlederen tilrettelægger dagens program, og du er altid velkommen til at byde ind med idéer.

Sanggruppen har en dygtig pianist tilknyttet, som står for undervisningen, og derfor er der en mindre månedlig brugerbetaling. Ingen tilmelding – du kommer bare forbi.

Onsdag kl. 12.15 – 13.15 i stor sal
(pause i uge 27–30)

Dejlig mad med øl

Vi laver velsmagende retter med øl som ingrediens – og nyder dem sammen over god snak og fællesskab. Øl giver både smag og karakter til maden, og vi bruger den bl.a. i marinader, sovs og gryderetter.



Onsdag d. 1/10, 29/10, 26/11 i 2025 og
28/1, 25/2, 8/4 i 2026
Kl. 09.00 – 14.30 i undervisningskø-
kenet i kælderen ved indgang E

Fællesskabet

Lige inden for dørene fra Aktivi-
tetstorvet finder du fællesrummet
– et åbent og uformelt sted, hvor du
alle hverdage kan slippe kreativite-
ten og snakketøjet løs. Du medbrin-
ger selv materialer til det, du vil lave.
Der er ingen holdleder og ingen
tilmelding – du møder bare op og
bliver en del af fællesskabet.

Af og til er der særlige arrangemen-
ter i lokalet, som kræver tilmelding,
så hold øje med arrangementsover-
sigten. Da rummet er stort, kan et
hold nogle gange være i gang med
egen aktivitet, men du er altid vel-
kommen til at tage del i samtalen.

Mandag – torsdag kl. 10.00 – 15.00
Fredag kl. 10.00 – 13.00

Glasfusing

Glasfusing er en kreativ teknik, hvor
glasstykker smeltes sammen i en
ovn for at skabe unikke former,
farver og udtryk. Vi arbejder med
figurer, billeder, fade – eller lige dét,
du har lyst til at skabe.

Holdene er små og hyggelige
med maks. 3 deltagere pr. forløb
á 6 gange. Når du har afsluttet et
hold, er du meget velkommen til at
tilmelde dig igen. Der er en kilopris
på glasset, som også indeholder
brænding og brug af værktøj.

Onsdag kl. 10.00 – 12.00 i glasværk-
stedet

Go' madlavning

Vi mødes om glæden ved god mad
og godt selskab. Sammen tilbere-
der vi et lækkert måltid og nyder
det omkring bordet i en hyggelig og
afslappet stemning.
Her handler det ikke kun om mad-
lavning – men også om nærvær,
samtaler og fællesskab.



Tirsdag d. 30/9, 28/10, 25/11 2025 og
27/1, 24/2, 7/4 2026
Kl. 14.00 – 18.00 i undervisningskø-
kenet i kælderen ved indgang E

Gåfællesskab

Tag med på en hyggelig gåtur i området omkring Ceres Centret – og nogle gange i den skønne natur lidt længere væk, hvis der er biler til rådighed. Vi mødes ved hovedindgangen kl. 10 og går i et roligt tempo med små pauser undervejs.

Tilmelding er ikke nødvendig – du møder bare op og bliver en del af fællesskabet. Holdlederen står klar til at byde dig velkommen.

Onsdage kl. 10.00 – 11.15
(senest kl. 12 hvis vi kører ud)

Keramik med mulighed for at dreje

Fællesskabet og hyggen er i højsæde på vores keramikhold. Vi støtter hinanden og slipper kreativiteten løs med ler og glasur. Tilmelding er nødvendig, da der er venteliste.

Mandag kl. 10.00 – 14.00

Tirsdag kl. 10.00 – 13.00

Begge dage i rum 1

Knipling

Knipling er et gammelt traditionelt håndarbejde, hvor et meget smukt halvtransparent og mønstret stof fremstilles ved at kniple, dvs. krydse og sno tråde henover et kniplebræt. Alle kan lære det. Der er ingen tilmelding, du kan bare møde op.

Torsdag kl. 09.00 – 11.30 i rum 3

Korthold

Skab unikke kort til alle anledninger med klip, syning, billeder og 3D-effekter. Mulighederne er mange, så kom og brug din fantasi. Der er ingen tilmelding, du kan bare møde op. Materialer kan købes på holdet.

Tirsdag kl. 10.00 – 14.00 i rum 3



Kreahygge

Vi kaster os ud i forskellige kreative projekter, f.eks. blomster af crepe-papir. Hyggen og fællesskabet er i fokus, og sammen finder vi ud af, hvad næste projekt skal være. Maks. 10 deltagere.

Tirsdag kl. 13.00 – 15.00 i fællesrummet

Linedance

Det er festligt, det er sundt – og det er fyldt med god energi! Holdene er for let øvede, så du skal kende lidt til grundtrinen – eller have lyst til at kaste dig ud i det og følge med, så godt du kan.

Vi danser i store grupper, og derfor er der ikke tid til at starte helt forfra, men alle er hjerteligt velkomne.

Tilmelding er ikke nødvendig – du møder bare op. Der er deltagerbetaling.

Tirsdag kl. 11.00 – 13.00

Torsdag kl. 09.30 – 12.00

Begge dage i stor sal

Mandehørm

Mænd kom ned og hyg jer. Der er mulighed for at raffe, spille kort, billard, dart og fortælle sjove historier. Øl og sodavand kan købes. Der er ingen tilmelding, du kan bare møde op.

Onsdag kl. 10.00 – 12.00 i Den Gylde Hest i kælderens ved indgang B

Patchwork

Patchwork er en gammel teknik, hvor man syr stofrester sammen til større stykker f.eks. tøjdyr, tæpper og duge. Der er ingen tilmelding, du kan bare møde op.

Onsdag kl. 09.00 – 14.00 i rum 3

Snapselaug

Den 14/8 2025 kl. 12 starter vi et muntert snapselaug for livsnydere 60+ og førtidspensionister op. Vi vil mødes ugentligt for at dele godt selskab, hyggelige stunder og skabe vores egne kryddersnapse med smag, historie og godt humør. Så kom på opstartsdagen og hør mere.



Torsdag kl. 12.00 – 14.00 i Den Gyldne Hest i kælderens ved indgang B

Spisefællesskab

Spisefællesskab – mad, mennesker og nærvær. En fast gruppe spisevenner mødes hver uge i caféen til god mad og godt selskab. Her er plads til både grin, samtaler og nye relationer omkring det dækkede bord.

Et par frivillige værter sørger for rammerne – de dækker op, byder velkommen, serverer maden og skaber en varm og hjemlig stemning.

Vi spiser sammen, fordi det bare er hyggeligere end at spise alene. Du betaler et fast beløb for middag, kaffe og småkager/dessert. Tilmelding hos aktivitetsmedarbejderen.

Torsdag kl. 12.00 – 13.30 i Caféen

Strikke Café

Kom og strik sammen med andre strikkeentusiaster. Vi inspirerer hinanden med nye strikkeopskrifter, og nyder det sociale fællesskab. Ingen tilmelding, du kan bare møde op.

Onsdag kl. 13.30 – 17.00 i fællesrummet

Skak

I samarbejde med Ældresagen tilbyder vi skak. Hvad enten du er øvet eller mindre øvet, er du hjertelig velkommen til et par timers hyggelig og uforpligtende skak.

Tilmelding til Kjeld på tlf. 30289152.

Torsdag kl. 10.00 – 12.00 i rum 1

Syklub

Få vejledning til dine syprojekter. Du bestemmer selv, hvad du vil sy. Vores dygtige holdleder hjælper dig gerne i gang, men du skal have kendskab til brug af symaskine og kunne det meste selv, når du har modtaget vejledning. Kig forbi og



se, hvad vi laver. Det er muligt at låne symaskine på centret, men du er også meget velkommen til at medbringe din egen.

Mandag kl. 09.30 – 13.00 i rum 3

Træværksted

På vores træværksted kan du udføre mindre emner og reparationer i træ. Vi har drejebænke og diverse andet værktøj. Vi sætter fællesskab og sikkerheden højt, så du vil få grundig introduktion af en holdleder, når du starter. Du medbringer som udgangspunkt selv materialer. Der er deltagerbetaling, som dækker brug af værkstedets maskiner.

Tilmelding nødvendig.

Der kan forekomme venteliste.

Mandag kl. 10.00 – 14.00

Tirsdag kl. 10.00 – 14.00

Onsdag kl. 10.00 – 14.00

Torsdag kl. 10.00 – 14.00

Fredag kl. 09.30 – 14.00

I træværkstedet i kælderen ved indgang E.

Ølbrygning

Fra 1859 til 1993 blev der brygget i Ceres Centret – og nu bobler det igen i Den Gyldne Hest i kælderen. Her kan du blive en del af et lille hold, hvor vi genopliver det gamle håndværk og brygger vores egen gyldne drik.

Du får grundig introduktion til bryggeprocessen og lærer, hvad der skal til for at skabe smag, fylde og balance i din egen øl. Det er både nørdet, hyggeligt og lidt magisk. Tilmelding er nødvendig og tiderne afhænger af bryggets rytme. Der kan forekomme venteliste.

Vi brygger i Den Gyldne Hest nede i den stemningsfulde kælder ved indgang B.

Arrangementer, ture og praktisk information

Kalenderen bugner – og vi har brug for dig!

Vores arrangementer og ture fylder så meget, at de har fået deres helt eget program. Det udkommer to gange om året – ét for januar til juni og ét for juli til december – spækket med oplevelser, grin, fællesskab og hyggelige stunder. Hold øje med det!

Når du tilmelder dig et arrangement, betaler du med det samme og får selvfølgelig en billet i hånden.

Vi elsker, at vores aktivitetscenter samler mennesker på tværs af alder og interesser. Derfor har vi gjort os umage for at lave et program, hvor både nysgerrige, kreative, selskabelige og eventyrlystne sjæle kan finde noget, der frister.

Har du en god idé eller noget, du savner? Så skriv til Centerrådet – eller smid en seddel i postkassen ved butik GAVEHJØRNET. Dine input er guld værd!

Vil du være med bag kulisserne?

Vi leder efter engagerede og glade frivillige til vores fire skønne udvalg:

- 🌟 Arrangementsudvalget – står for alt det sjove, store og små events.
- 📣 Kommunikationsudvalget – spreder budskaber og gode historier.
- 🔧 Handyudvalget – får praktikken til at spille og tingene til at virke.
- 🌿 Pynte-plante-kunst-udvalget – skaber stemning med farver, blomster og kreativitet.

De fire udvalg arbejder tæt sammen, og der er plads til alle – uanset om du vil tage ansvar for et helt arrangement eller bare give en hånd med borddækning, dekoration, servering eller teknik.

Har du lyst til at være med? Så kig forbi, send en mail til alk@horsens.dk eller ring på 51 72 48 58. Vi glæder os til at høre fra dig!

Tilmelding, køb og salg

Ved aktiviteten finder du vores lille butik GAVEHJØRNET, som har åbent alle hverdage kl. 10-12. Her kan du tilmelde dig arrangementer og ture samt betale for deltagelse på hold, materialer og drikkevarer. Vi modtager både MobilePay og kontanter.

Du kan også købe brugernes egne, håndlavede kreationer – f.eks. keramik, strik, kort eller fine træfigurer. 10% af salget går til vores fælles aktivitetscenter.

Kaffeordning

Som bruger af aktivitetscentret har du mulighed for at benytte dig af vores kaffeordning.

Du finder mere information om kaffeordningen i aktivitetscentret.

Facebook

Følg os på Facebook – søg på Ceres åbne aktivitetscenter.

Her deler vi nyheder, billeder, tilmeldingsfrister og inspiration fra hverdagen i centret.

Stille perioder – sommer og jul

I sommermånederne og op til jul holder mange af vores frivillige en velfortjent pause, og der er derfor færre aktiviteter – især i juli. Men vi holder stadig åbent på hverdage, og du er altid velkommen til at kigge ind til en snak og en kop kaffe. Hold øje med opslag i centret for aktuelle åbningstider og tilbud. Har du idéer til noget, vi kan lave

sammen i ferietiden, så sig endelig til – vi er åbne for forslag!

Reparation af tøj

Er du bruger eller beboer på Ceres Centret, kan du få hjælp til tøjreparation. Aflevering og afhentning sker hos Kirsten om onsdagen kl. 9.30–12.00 i rum 2.

Parkering

Husk at stille P-skiven, når du parkerer på Ceres Centrets område. Du må holde i op til tre timer i båsemarkeret med grå skilte og sort **P**. Der er også gratis parkering i gaderne bag centret – som regel kan du finde en plads inden for fem minutters gang.

Café

Har du lyst til et lækkert måltid mad, noget at drikke eller lidt sødt til ganen, så læg vejen forbi vores hyggelige café i stueetagen.

Caféen kan kontaktes på tlf. 76 29 28 30.

Aktivitetsmedarbejder

Anne-Mette Lund Klausen

Tlf. 51 72 48 58

Mail: alk@horsens.dk

Afløser

Anne Marie M. Eriksen

Tlf. 51 48 72 61

ae@horsens.dk

Ceres Centret

Nørretorv 1-3

8700 Horsens