



Tamdrup

Åbent aktivitetscenter

Program 1/1-30/6 2023

Horsens Kommune

Indhold

I dette program finder du følgende:

Velkommen til Tamdrup Aktivitetscenter

Mød Centerrådet

Ugeplan for aktiviteter

Holdoversigt og information

Arrangementer og tilbud

Adresse og kontaktinformationer



Velkommen til Tamdrup Aktivitetscenter

Det har været en forrygende efterårssæson med stor opbakning – og ikke mindst til vores forskellige spisefællesskaber som morgenkaffe, brunch og månedens middag. Rekordnen har været 70 deltagere. Flot! Vi fortsætter i denne sæson med flere af disse typer arrangementer, og du kan se menuplanen for månedens middag i afsnittet: Arrangementer og tilbud. I programmet finder du også ikke mindre end 6 nye hold:

- Akvarel- og akrylmaling
- Blomsterkreationer
- IT for begyndere
- IT for fortsættere
- Patchwork
- Vandrehold for mænd

Og som noget nyt er holdene sat op i alfabetisk rækkefølge. Mon ikke der er noget, der kan fange din interesse.

Centerrådet har også spændende ting i ærmet som Kyndelmissefest, en isbjørne safaritur til Svalbard og meget mere. Datoerne for Pensionistforeningens arrangementer også sat i. Deres program har spændende foredrag og udflugter og kan hentes her på centret.

Det åbne aktivitetscenter er et tilbud til Horsens Kommunes borgere over 60 år samt førtidspensionister. Vi mødes til samvær og fællesskab om forskellige interesser, aktiviteter, arrangementer og årstidsfester. Socialt samvær og frivillighed har stor betydning for sundhed og livskvalitet.

Centret er brugerstyret med et Centerråd (en frivillig bestyrelse) og et bredt tilbud af aktiviteter, som vi hele tiden udvikler på. Som udgangspunkt er tilbuddene gratis, men man betaler for materialeforbrug, forplejning og på enkelte undervisningshold. De fleste aktiviteter afvikles af frivillige og koordineres med aktivitetsmedarbejderen.

Har du spørgsmål, nye idéer, kundskaber eller lyst til at være frivillig, er du meget velkommen til at kontakte Centerrådet eller aktivitetsmedarbejderen. Vi hjælper gerne med at iværksætte nye initiativer.

Vi glæder os til at byde både nye og gamle velkommen til en ny sæson.

Hilsen Centerrådet og Jette Bjerre, aktivitetsmedarbejder



Mød Centerrådet

Formand	Inger Merete Kay	Tlf.: 28 89 15 56
Næstformand	John Søe	Tlf.: 40 55 14 89
Kasserer	Inger Søe	Tlf.: 61 71 37 73
Medlem	Jan Møller Jørgensen	Tlf.: 23 61 53 39
Medlem	Kamma Jensen	Tlf.: 27 15 44 56
Medlem	Birgitte Brink	Tlf.: 25 61 10 22
Medlem	Anni Lauridsen	Tlf.: 23 65 97 49
Suppleant	Gitte Sørensen	Tlf.: 25 37 18 87
Suppleant og sekretær	Torben Johansen	Tlf.: 40 17 25 90
Revisor	Orla S. Langfeldt	
Revisor suppleant	Steen Algreen	
Medarbejder repræsentant	Jette Bjerre	Tlf.: 51 72 49 50 Mail: jeb@horsens.dk



Ugeplan for aktiviteter

Mandag

Åben træning
Litteraturhold
Træværksted
Madlavning for mænd
Herreværelset
Vandrehold, Lund, for mænd
Vandrehold, Lund, roligt tempo
El-Scooter hold

Tirsdag

Åben træning
Dart / Krolf
Strikkecafé
Seniordans
Sangaftner

Onsdag

Åben træning
Gymnastik
Stolegymnastik
Kortspil - Whist

Torsdag

Åben træning
Dart / Krolf
Blomsterkreationer
Akvarel- eller akrylmaling
Træværksted
Stensliberi
Keramik
Vandrehold, Lund, frisk tempo

Fredag

Åben træning
Madlavning m/k
IT for begyndere
IT for fortsættere
Patchwork

Lørdag

Åben træning
Broderi på maskine
Scancutter
Vandrehold i Vrønding

Holdoversigt og information

Alle hold er listet i alfabetisk rækkefølge.

Akvarel- eller akrylmaling – NYT HOLD

Slip din indre kunstmaler fri. Kom og prøv kræfter med gamle og nye teknikker. Du får vejledning i materialer og begynder øvelser. Medbring gerne egne materialer, hvis du har – ellers vent med at købe til efter den første gang.

Tid: Torsdag i ulige uger kl. 13.30
Opstart: D. 19/1 i Multisalen
Tilmelding: Ikke nødvendig
Frivillig: Karin Maria Lynge Hansen, Tlf.: 61 77 59 32

Blomsterkreationer – NYT HOLD

Kom og lav blomsterkreationer i hyggeligt selskab. Vi inspirerer hinanden, og du medbringer selvmaterialer. Første gang er temaet tulipaner, hvor vi også lærer om "sovende tulipaner". Vi kan også google gode idéer, bytte materialer mm.

Tid: Torsdag i lige uger kl. 13.30
Opstart: D. 12/1 i Multisalen
Tilmelding: Ikke nødvendig
Vejleder: Vi får måske en uddannet i løbet af foråret.
Indtil da inspirerer vi hinanden
Kontaktperson: Jette Bjerre, aktivitetsmedarbejder, Tlf.: 51 72 49 50

Dart

I vinterhalvåret spiller vi dart i kælderen i lokalet overfor hjemmeplejen med en digital pointtavle. Vi holder også kaffepause med medbragt kaffe og brød.

Tid: Tirsdage og torsdage kl. 10.00 – 12.00
Opstart: D. 3/1
Pris: Gratis, tilmelding er ikke nødvendig
Kontaktperson: Inger Søe, Tlf.: 61 71 37 73

El-Scooter hold i alt slags vejr (næsten)

Har du El-Scooter og lyst til at køre hyggelige ture sammen med andre i Lund og omegn. Så kom frisk og medbring egen kaffe og evt. brød til vores eftermiddagskaffe til sidst inde på centeret.

Tid: Mandag kl. 13.30
Opstart: D. 2/1
Tilmelding: Ikke nødvendig
Frivillige: Lis Gønge, tlf.: 22 61 50 29
Lone Jødal, tlf.: 52 60 60 46

Gymnastik

Har du lyst til at røre dig og få sved på panden, så kom og vær med på vores gymnastikhold. Vi laver forskellige øvelser, samt konditions- og styrketræning. Holdet kræver mobilitet og rimelig balance, men du kan være med i eget tempo. De dage, hvor der er mange fremmødt, skiftes vi til at træne ude eller på maskinerne i kælderens (hvis du har fået en introduktion) alt efter vejr og humør. Hvis vejret er godt, træner vi uden for i sommermånederne.

Tid: Onsdag kl.9.00 – 10.00
Opstart: D. 11/1
Pris: Gratis
Tilmelding: Ikke nødvendigt
Underviser: Susanne Secher, træningsassistent,
Tlf.: 24 95 91 02

Herreværelset

Har du lyst til at mødes med andre mænd hver 14. dag? Det er godt at komme ud og have fællesskab med andre. Vi synger et par sange sammen, spiser frokost og hører f.eks. lidt fra en rejse, oplevelser fra livet eller hvad gruppen ellers foreslår.

Tid: Mandag i lige uger kl. 11.00
Start: D. 9/1
Pris: 50,- kr. inkl. 1 øl/vand samt kaffe
Frivillige: Jan Møller, Lyng Pedersen og Aage Petersen
Tilmelding: Jan Møller, Tlf: 29 80 20 84

IT for begyndere – NYT HOLD

Vejledning i brug af pc, tablet eller smartphone for nybegyndere og hjælp til problemer, du er "strandet" med derhjemme.

Vi sidder i Multisalen med smartboard. Medbring eget IT udstyr.

Tid: Fredag i ulige uger kl. 9-10
Opstart: D. 3/2
Tilmelding: Ikke nødvendig
Frivillig: Jens Jørgen Jensen, Tlf.: 28 49 70 96



IT for fortsættere – NYT Hold

Vejledning i brug af pc, tablet eller smartphone for fortsættere og hjælp til problemer, du er "strandet" med derhjemme. Vi sidder i Multisalens med smartboard. Medbring eget IT udstyr.

Tid:	Fredag i ulige uger kl. 10-11
Opstart:	D. 3/2
Tilmelding:	Ikke nødvendig
Frivillig:	Jens Jørgen Jensen. Tlf.: 28 49 70 96

Keramik

Kom og udform dine egne idéer eller hent inspiration ved Kirsten, vores keramikker, der har stor kreativitet og eget lokalt værksted. Vi udveksler også idéer med hinanden og nyder eftermiddagskaffen sammen. I værkstedet er der redskaber, drejeskiver, ovn, glasurer m.m.

Tid:	Torsdage kl. 14.30
Opstart:	D. 5/1
Pris:	Der betales for materialer
Tilmelding:	Ikke nødvendig
Frivillig:	Kirsten Bondegaard

Kortspil – Whist

Vi er en flok mænd og kvinder, der mødes og spiller whist. Det er godt for hukommelsen at prøve at lægge en strategi – og det bliver selvfølgelig krydret med godt humør undervejs. Nye spillere er meget velkomne. Vi holder en kaffepause halvvejs og hygger os med medbragt kage.

Tid:	Onsdage kl. 13.30
Opstart:	D. 4/1
Tilmelding:	Ikke nødvendig – bare mød op
Frivillig:	Inger Søe, Tlf.: 61 71 37 73

Krolf

Kom og spil Krolf – en mellemting mellem krocket og golf – på vores fine bane. Vi har det rigtig hyggeligt og holder kaffepause undervejs. Vi spiller hver tirsdag og torsdag i sommerhalvåret, og med opstart efter påske. Vi spiller ved Alidas Vejs beboerhus.

Tid:	Tirsdage og torsdage kl. 10.00 – 12.00
Opstart:	Efter påske
Pris:	Gratis
Tilmelding:	Ikke nødvendig
Kontaktperson:	Hanne Storbank, tlf.: 51 75 87 75

Litteratur hold

Har du lyst til at mødes en gang om måneden og snakke om en bog, som alle i gruppen har læst? Du får lidt at vide om forfatteren, og bøgerne bliver bestilt hjem fra biblioteket til alle på holdet. Der er plads til 12 deltagere på holdet.

Tid:	Den første mandag i måneden kl. 9.30
Opstart:	Opstart dog d. 9/1 pga. nytåret
Pris:	Gratis
Frivillige:	Else Kiærbye og Annalise Thorsen
Tilmelding:	Else Kiærbye, Tlf.: 20 13 40 89

Madlavning – m/k hold

På dette hold eksperimenteres der med flere smagsvarianter ud fra de samme grundingsredienser. Her får du og dine smagsløg nye indtryk og udfordringer, uanset om du er nybegynder eller erfaren husmor/husfar. Der er bl.a. fokus på forskellige krydderier og krydderurter, afstemninger mellem det salte, det søde, det sure, det bitre og umami, der giver en anden smagsoplevelse og pift til maden. Vi prøver at hente smage ind fra alle kontinenter og derved komme verden rundt. Medbring forklæde, skærebræt, skarp kniv og egne drikkevarer.

Tid:	Hver anden fredag kl. 9.00 - ca. 14.00
Opstart:	D. 13/1
Pris:	60-70,- kr. pr. gang
Tilmelding:	Kontakt Bent Lauridsen
Frivillig:	Bent Lauridsen, Tlf.: 42 12 54 71

Madlavning for mænd

Har du en kok gemt i dig, eller vil du bare opleve et par hyggelige timer med skøn mad, så har du muligheden på vores madlavningshold for mænd. Vi laver dagligdags retter, som vi beslutter i fællesskab.

Tid:	Mandage i ulige uger kl. 9.30 – ca. 14.00
Opstart:	D. 16/1
Pris:	Ca. 50,- kr. pr. gang
Tilmelding:	Kontakt Poul Hede Jørgensen
Kontaktperson:	Poul Hede Jørgensen, Tlf.: 20 22 30 89

Patchwork – NYT HOLD – 3 hele dage

Der er fundet fine stofrester i aktivitetscentrets gemmer. Så nu kan du prøve patchwork arbejde og lave grydelapper, tasker mm. Du kan selvfølgelig også medbringe egne stofrester. Medbring selv maskine.

Tid:	Fredage kl. 9 til 16
Dato:	D. 24/2, 24/3 og 21/4
Pris:	Kun ved tilkøb af ekstra materialer
Tilmelding:	Irena Aae, Tlf.: 28 94 58 58
Frivillig:	Irena Ae

Sangaftner

Kom og syng fællessang med "De sangglade". Vi er nu næsten 60 personer, der hygger os og synger sammen med Henning, der spiller harmonika til.

Vi medbringer selv kaffe og kage til pausen. Nye er altid velkomne.

Tid:	Tirsdage i lige uger kl. 19.00
Opstart:	D. 10/1
Pris:	50,- kr. for en vintersæson
Tilmelding:	Ikke nødvendig – bare mød op
Frivillig:	Henning Jensen, Tlf.: 28 60 27 70

Sangtimer

Er du ked af at komme ud i vintermørket om aftenen – eller vil du bare gerne synges ekstra meget, så har du mulighed for at synges sammen med beboerne i Multisalen

Tid:	D. 11/1 kl. 15, 8/2 kl. 15, 8/3 kl. 15 og 27/4 kl. 11.30
Tilmelding:	Ikke nødvendig
Frivillig:	Henning og Kamma Jensen m.fl.

Syning og Scancutter

Du kan prøve kræfter med kreativt håndarbejde; ophæng, løber, tasker, broderi på håndklæder. Arbejder med karton, stof og folie. Det er kun fantasien, som sætter grænser! Du skal selv medbringe maskiner.

Tid:	Lørdage d. 21/1, 11/2, 11/3, 13/5 og 3/6 kl. 9-16
Pris:	Der betales for materialer
Frivillig:	Irena Aae, Tlf.: 51 72 49 50

Seniordans – stadig plads til nye singler eller par

Kom og dans dig glad til Seniordans – eller uden partner. God og sjov motion for hjerne, hjerte og helbred. Der er mulighed for en gratis prøvetime. Vi holder en pause halvvejs, hvor man kan nyde medbragt kaffe.

Tid:	Tirsdage kl. 15.00 – 17.00. OBS Nyt tidspunkt Tirsdage i uge 4-8-12-16-20-24, dog kl. 16.00-17.00 uden kaffepause, pga. gudstjeneste i huset.
Opstart:	D. 10/1
Pris:	200,- kr. for 12 gange. Betaling senest 2. gang.
Tilmelding:	Ikke nødvendig
Underviser:	Tove Nørremark fra Dansk Seniordans, Tlf.: 26 18 31 55

Stensliberi

Kom og prøv kræfter med hele processen fra rå til poleret sten, og oplev forvandlingen. Gennem den frivillige vejleder og andre deltagere kan du få ny viden om mange forskellige slags sten. Medbring gerne forklæde og visir.

Tid:	Torsdag kl. 13.30
Opstart:	D. 5/1
Frivillig:	Henning Juul, Tlf.: 20 44 19 59
Pris:	100,- kr. for hele forårshalvåret
Tilmelding:	Ikke nødvendigt



Stolegymnastik

Kniber det med balancen? Det er ingen hindring for at få dig rørt. På dette hold foregår gymnastikken siddende eller med mulighed for at støtte dig til en stol. Vi laver forskellige øvelser til musik og får arbejdet hele kroppen igennem. Vi laver også forskellige siddende sportsaktiviteter, og starter og slutter med en sang.

Tid: Onsdag kl. 10.30 - 11.30
Opstart: D. 11/1
Pris: Gratis
Tilmelding: Ikke nødvendig
Frivillig: Lone Gaarden, Tlf.: 21 75 55 12

Strikkecafé

Elsker du at strikke, sludre og hygge, så er muligheden her. Vi strikker bluser, tæpper, huer m.m. Der er mulighed for både at strikke til privat forbrug samt donere til salg på Tamdrup Centret. Vi modtager meget gerne alt slags garn.

Overskuddet går bl.a. til en årlig udflugt sammen med plejecentrets beboere.

Vi vejleder og hjælper hinanden på holdet, og strikker året rundt.

Tid: Tirsdage kl. 12.30 - 15.00
Opstart: D. 3/1
Pris: Gratis
Tilmelding: Ikke nødvendig
Frivillig: Elin Johansen. Tlf.: 25 21 76 81

Træværksted

- med mange forskellige maskiner

Har du lyst til at arbejde med træ og samtidig have et par hyggelige timer, så er muligheden her. Vi har mange maskiner, drejebænk mm. og du betaler kun for materialerne. Du kan lave det, du har lyst til f.eks. en fuglekasse, trædyr, en hylde til dit køkken eller reparere et af dine møbler.

Tid: Mandage og torsdage kl. 9.30 - 12.00
Opstart: D. 9/1
Pris: Der betales for nogle af materialerne
Tilmelding: Ikke nødvendig - bare mød op
Frivillige: Villy Nielsen, Tlf.: 24 25 19 37
Knud Jørgensen, Tlf.: 30 20 46 64

Vandrehold for mænd – NYT HOLD

Man snakker godt, når man går. Nu inviteres alle mænd med på gåtur, hvor der også er mulighed for at dele viden om lokalområdet. Vi finder ud af længden på turen, når vi mødes Start og slut ved Tamdrup Aktivitetscenter.

Tid: Mandag i ulige uger kl. 9.30.
Opstart: D. 27/2
Tilmelding: Ikke nødvendig
Frivillig: Jens Jørgen Jensen, Tlf.: 28 49 70 96

Vandrehold – Lund – frisk tempo

Har du lyst til en vandretur med vores 4 gåværtter på en 5-7 km. rute? Så snør traveskoene, fyld vandflasken og find evt. din kikkert. Vi går i ca. 1 ½ time i al slags vejr i let kuperet terræn med små pauser undervejs til at nyde, hvad vi møder af udsigt eller andre spændende ting. Start og slut ved Brugsen.

Tid: Torsdage kl. 9.30
Opstart: D. 5/1
Tilmelding: Ikke nødvendig, bare mød op
Frivillige gåværtter: Merete Jensen, Tlf.: 30 32 32 95
Lisbeth Schou, Tlf.: 21 22 66 67
Dorthe Flammild, Tlf.: 61 70 74 30
Britta Larsen, Tlf.: 26 29 87 90

Vandrehold – Lund – roligt tempo

Har du lyst til at motionere og få frisk luft? Så kom med ud og oplev de mange skønne ruter i Lund og omegn. Vi går med og uden stave hele året i ca. 1 time i al slags vejr, og slutter af i caféen med medbragt kaffe og kage. En gang om måneden kører vi et nyt sted hen. Start og slut ved Tamdrup Aktivitetscenter.

Tid: Mandage kl. 13.00
Vi går når vejret tillader det
Tilmelding: Nils Vase, Tlf.: 75 67 31 87

Vrønding Gåfællesskab

Velkommen til motion, frisk luft i naturen og samvær. Vi går i 1-1½ time i moderat tempo. Start og slut ved Vrønding gadekær.

Tid: Hver mandag kl. 18.00, og
hver lørdag kl. 10.00 i lige uger
Opstart: D. 9/1
Tilmelding: Ikke nødvendig
Frivillig gåvært: Rie Nielsen, Tlf.: 40 24 85 02

Vrønding Stavgang

Vi mødes ved sportspladsen i Vrønding og kører forskellige steder hen, hvor vi går 30-45 min. Her er plads til alle – uanset om du går den fulde længde eller vender om før. Der er altid nogle at følges med. Vi slutter af med en kop kaffe, som vi skiftes til at tage med.

Tid: Onsdag kl. 18.30
Opstart: D. 12/4 – såfremt vejret tillader det
Tilmelding: Ikke nødvendig
Frivillig gåvært: Rie Nielsen, Tlf.: 40 24 85 02

Arrangementer og tilbud

Banko

Den første mandag aften i måneden spiller vi banko med fine gevinster.

Tid: Mandage kl. 19 d. 9/1, 6/2, 6/3, 3/4, 1/5 og 5/6

Pris: 10,- kr. pr. plade, 10,- kr. for kaffe & småkager

Tilmelding: Ikke nødvendig

Kontaktperson: Centerrådet

Gudstjenester

En gang om måneden er der gudstjeneste med nadver, hvor både beboere og borgere i byen er velkomne. Vi starter med ½ times kaffe og hyggesnak.

Tid: Tirsdage kl. 14.30 i uge 4-8-12-16-20-24 sammen med beboerne

Præster: Dorte Stenberg Isaksen og Peter Lynggaard Uth

Frivillige: Inga Christensen og Lone Gaarden

Morgenkaffe med sang

Kom godt i gang med dagen med morgenkaffe, rundstykker, sang og hyggeligt samvær i Caféen. Velkommen til både nye og gamle i fællesskabet.

Tid: Fredage kl. 10 d. 20/1, 17/2, 17/3 og 12/5

Pris: 40,- kr. inkl. en lille skarp

Tilmelding: Senest 1 uge før på listen ved kontoret eller på sms til Kamma på Tlf.: 27 15 44 56

Frivillige: Centerrådet

Månedens Middag

Tid: kl. 11.30

Torsdag d. 5/1 Hamburgerryg m. grønlangkål og citronfromage

Torsdag d. 2/2 Dansk Bøf m. brun sovs, kartofler, salat og roulade med flødeskum

Torsdag d. 2/3 Husarsteg, sovs, kartofler, grønt og rugbrøds slagkage

Onsdag d. 5/4 Kylling m. sovs, kartofler, agurkesalat og kringle

Torsdag d. 4/5 Forloren Hare m. sovs, kartofler og koldskålformage

Tilmelding: Senest 1 uge før på sedlen ved aktivitetskontoret eller på sms til Tove Friis på tlf.: 22 31 92 85.

Tilmelding er bindende fra tilmeldingsfristen.

Pris: 65,- kr. inkl. dessert

Frivillige: Tove & Asbjørn, Karinmaria & Lynge, Lise & Preben.

Pensionistforeningen

Den 2. torsdag i måneden er der foredrag i konfirmandstuen eller udflugt.

Hent programmet på Aktivitetscenteret

Formand: Villy Nielsen, Tlf.: 24 25 19 37

Pige kammeret

Områdets pensionist piger inviteres til lidt god mad, hyggesnak og måske en sang. Vi mødes en gang om måneden på rullende dage kl. 12.30 i et par timer.

Tid: Mandag d. 9/1, tirsdag d. 7/2, onsdag d. 15/3, torsdag d. 20/4,
mandag d. 22/5, torsdag d. 15/6

Pris: Ca. 75,- kr. pr. gang inkl. en kop kaffe
Medbring selv øvrige drikkevarer

Tilmelding: Senest 1 uge før på tavlen i Aktiviteten eller på sms til Kamma
Jensen, Tlf.: 27 15 44 56

Kontaktperson Frivillig: Merete Jensen, Tlf.: 30 32 32 95

Åben træning

Benyt muligheden for at holde dig i form ved at styrketræne på vores maskiner i kælderen. Prøv kræfter med vores romaskine, kondicykler, crosstræner, benpres, gå/løbebånd, vægte mm., og slut af med en tur i massagestolen.

Alle nye skal starte med ½ times instruktion fra vores træningsassistent.

Tilmelding på sedlen ved aktivitetskontoret eller til aktivitetsmedarbejderen.

Tid: Alle dage ml. kl. 8.00 og 15.00

Pris: Gratis

Tilmelding: Jette Bjerre, Tlf.: 51 72 49 50

Underviser: Susanne Secher, Tlf.: 24 95 91 02

Januar

Torsdag	d. 5.	kl. 11.30	Månedens Middag i Caféen
Fredag	d. 6.	kl. 14.00	Nytårskur m/ bobler og kransekage i Multisalen
Mandag	d. 9.	kl. 19.00	Banko i Multisalen
Onsdag	d. 11.	kl. 15.00	Sangtime med beboerne i Multisalen
Torsdag	d. 12.	kl. 14.00	Foredrag i Pensionistforeningen
Fredag	d. 20.	kl. 10.00	Morgenkaffe og sang i Caféen
Tirsdag	d. 24.	kl. 14.30	Kaffe og gudstjeneste med beboerne i Multisalen

Februar

Torsdag	d. 2.	kl. 11.30	Månedens Middag i Caféen
Mandag	d. 6.	kl. 19.00	Banko i Multisalen
Onsdag	d. 8.	kl. 15.00	Sangtime med beboerne i Multisalen
Torsdag	d. 9.	kl. 14.00	Foredrag i Pensionistforeningen
Fredag	d. 17.	kl. 10.00	Morgenkaffe og sang i Caféen
Tirsdag	d. 21.	kl. 14.30	Kaffe og gudstjeneste med beboerne i Multisalen
Torsdag	d. 23.	kl. 17.00	Kyndelmisse M/spisning. Indbydelse følger

Marts

Torsdag	d. 2.	kl. 11.30	Månedens Middag i Caféen
Manda	d. 6.	kl. 19.00	Banko i Multisalen
Onsdag	d. 8.	kl. 15.00	Sangtime med beboerne i Multisalen
Torsdag	d. 9.	kl. 14.00	Foredrag i Pensionistforeningen
Torsdag	d. 16.	kl. 10.00 – 10.45	Tøjsalg ved Smarttex
Fredag	d. 17.	kl. 10.00	Morgenkaffe og sang i Caféen
Tirsdag	d. 21.	kl. 14.30	Kaffe og gudstjeneste med beboerne i Multisalen
Onsdag	d. 22.	kl. 14.00	Foredrag og årsmøde i Multisalen "Svalbard – Isbjørnenes land" v/ Ingvard Nørgaard

April

Mandag	d. 3.	kl. 19.00	Banko i Multisalen
Onsdag	d. 5.	kl. 11.30	Månedens Middag i Caféen
Fredag	d. 14.	kl. 11.30	Forårsfrokost i Caféen. Indbydelse følger
Tirsdag	d. 18.	kl. 14.30	Kaffe og gudstjeneste med beboerne i Multisalen
Torsdag	d. 27.	kl. 10.30	Sangtime med beboerne i Multisalen

Maj

Mandag	d. 1.	kl. 19.00	Banko i Multisalen
Torsdag	d. 4.	kl. 11.30	Månedens Middag i Caféen
Torsdag	d. 11.	kl. 13.00	Udflugt med Pensionistforeningen
Fredag	d. 12.	kl. 10.00	Morgenkaffe og sang i Caféen
Tirsdag	d. 16.	kl. 14.30	Kaffe og gudstjeneste med beboerne i Multisalen

Juni

Mandag	d. 5.	kl. 19.00	Banko i Multisalen
Torsdag	d. 8.	kl. 08.00	Horsens Holder af Fællesskabet", lokale Arrangementer. Vi henviser til Pensionistforeningens udflugt med bus
Lørdag	d. 10.		Horsens Holder af Fællesskabet" . Events på gågaden i Horsens. Indbydelse følger
Tirsdag	d. 13.	kl. 14.30	Kaffe og gudstjeneste med beboerne i Multisalen
Onsdag	d. 14.		Kommunal Kulturdag for Seniorer på Horsens Ny Teater. Indbydelse følger
Tirsdag	d. 20.	kl. 14.00	Sommerfest ved pavillonen. Indbydelse følger
Torsdag	d. 29.	kl. 14.00	Bålhygge og leg for gamle & grå / store & små v/ pavillonen.

Horsens Kommune

Aktivitetsmedarbejder
Jette Bjerre
Tlf. 51 72 49 50
Mail: jeb@horsens.dk

Tamdrup Aktivitetscenter
Silkeborgvej 245, Lund
8700 Horsens