



Ceres Centret

Åbent aktivitetscenter
Program 1/7 2026 – 30/6 2027

Forsidebillede er genereret med AI

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

Velkommen indenfor hos Ceres åbne aktivitetscenter – et sted, hvor døren altid står åben, og hvor fællesskab, nysgerrighed og gode oplevelser går hånd i hånd.

I dette program får du et indblik i de mange aktiviteter og arrangementer, vi tilbyder til alle i Horsens Kommune, der er 60+ eller førtidspensionister. Her er der plads til både nye ansigter og velkendte smil – og du kan være med uden at være medlem. Du betaler blot for det, du deltager i, som f.eks. forplejning, materialer eller enkelte hold med deltagerbetaling til udstyr.

Hos os handler det ikke kun om det, du laver – men i høj grad om dem, du laver det sammen med. Samvær, grin, gode snakke og nærvær er lige så vigtigt som selve aktiviteten. Det er her, relationer opstår, og fællesskaber vokser.

Ceres Centret bæres af en stærk frivilligånd. Omkring 70 engagerede frivillige er – sammen med aktivitetsmedarbejderen og Centerrådet – med til at skabe en levende hverdag fyldt med muligheder, variation og hjerterum. Det er netop denne mangfoldighed, der gør stedet helt særligt.

Er du nysgerrig på at opleve det selv? Så kig forbi til en rundvisning den første tirsdag i måneden kl. 12, hvor vi mødes foran aktiviteten. Du behøver ikke tilmelde dig – du skal bare møde op. Du er naturligvis også altid velkommen til at komme forbi og mærke stemningen.

Kontaktoplysninger finder du på bagsiden af programmet, og du kan også følge med i hverdagen på vores **Facebookside: Ceres åbne aktivitetscenter**.

Vi glæder os til at møde dig.

Mød Centerrådet

Centerrådet er hjertet i den brugerindflydelse, der kendetegner Ceres åbne aktivitetscenter. Det er den brugervalgte bestyrelse, som – sammen med aktivitetsmedarbejderen – arbejder for at skabe de bedst mulige rammer for fællesskab, aktiviteter og udvikling.

Centerrådets vigtigste opgave er at lytte til jer, der bruger huset, og være med til at omsætte idéer og ønsker til virkelighed. Det er her, dine input kan være med til at gøre en forskel – både i det små og i det store.

Har du en idé, en kommentar eller noget på hjerte, er du altid velkommen til at kontakte Centerrådet på mail: centerradceres@gmail.com.

Du kan også lægge en besked i postkassen ved butik GAVEHJØRNET på Aktivitetstorvet.

Centerrådet holder møde hver 4. mandag kl. 9.00 – 11.00.

Under Centerrådet findes flere engagerede udvalg – blandt andet arrangementsudvalg, økonomiudvalg og kommunikationsudvalg. Her arbejdes der målrettet med at udvikle og styrke de mange tilbud i huset. Du kan læse mere om udvalgene i informationsmappen i aktivitetscentret eller via informationsgruppen på vores Facebookside.

Vi arbejder løbende på at udvikle aktiviteterne i takt med jeres ønsker og behov – så hold dig endelig ikke tilbage. Dine idéer er altid velkomne og med til at forme fællesskabet.

Holdledere og hjælpere

Bag hvert hold står en engageret frivillig holdleder, som tager godt imod nye deltagere og sørger for, at du hurtigt føler dig hjemme. Du får en introduktion til både det praktiske – og ikke mindst til fællesskabet, som er en vigtig del af oplevelsen.

Holdlederen underviser ikke, men skaber rammen for, at I sammen kan drive aktiviteten. Det er netop samspillet mellem deltagerne, der gør holdene levende – her er der plads til både at bidrage, lære og være en del af fællesskabet.

Samtidig er holdlederen bindeleddet til udvalget eller bestyrelsen og er med til at sikre, at aktiviteterne hænger godt sammen med Centerrådets arbejde og visioner.

På nogle hold er der også en frivillig hjælper tilknyttet, som giver en hånd med de praktiske opgaver i hverdagen. Men fællesskabet bæres af alle – og derfor forventes det, at man hjælper til, især med oprydning og rengøring, så vi sammen kan skabe et rart og velfungerende miljø.

Ud over holdledere og hjælpere findes der flere forskellige frivilligroller i huset. Alle frivillige får en god opstart med en aftaleerklæring og en introduktion sammen med aktivitetsmedarbejderen. To gange om året samles vi til både fest og dialog – for at styrke fællesskabet og udvikle idéer sammen.

Har du lyst til at starte en ny aktivitet eller bidrage med dine egne idéer? Så hører vi meget gerne fra dig. Tag fat i aktivitetsmedarbejderen eller Centerrådet – der er altid plads til mere initiativ og engagement.

Ugeplan for aktiviteter

Mandag

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

Tirsdag

Ølbrygning	ad hoc
Linedance (let øvet)	09.15 – 10.45
Korthold	09.30 – 13.30
Keramik	10.00 – 13.00
Træværksted	10.00 – 14.00
Åbent fællesskab	10.00 – 15.00
Linedance (øvet)	11.00 – 12.30
Kreahygge	13.00 – 15.00

Onsdag

Ølbrygning	ad hoc
Patchwork	09.00 – 13.00
Akvarel & Akryl malehold	10.00 – 12.00
Glasfusing	10.00 – 12.30
Billard og Bagtanker	10.00 – 12.00
Træværksted	10.00 – 14.00
Åbent fællesskab	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
Skak	10.00 – 12.00
Træværksted	10.00 – 14.00
Åbent fællesskab	10.00 – 15.00
Spisefællesskab	12.00 – 13.30
Snapselaug (første i måneden)	12.00 – 14.00

Fredag

Ølbrygning	ad hoc
Træværksted	09.30 – 14.00
Åbent fællesskab	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

Akvarel & Akryl er et hyggeligt malehold med plads til alle – uanset om du er nybegynder eller har malet før.

Vi arbejder med akryl, akvarel, tegning og meget mere, og vi inspirerer og hjælper hinanden undervejs. Her er både plads til kreativ udfoldelse og godt samvær.

Der er ingen tilmelding, du møder bare op.

Onsdag kl. 10.00 – 12.00 i rum 1

Billard og Bagtanker

Her er plads til hygge, godt selskab og et godt grin.

Vi mødes en gang om ugen til et par afslappede timer med billard som omdrejningspunkt, men der er også mulighed for kortspil, rafling, dart og andre spil, hvis lysten er der. Historierne flyver ofte lige så livligt som billardkuglerne, og humøret er højt.

Øl og sodavand kan købes. Ingen tilmelding – du møder bare op.

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

Boccia

Boccia er et hyggeligt kuglespil i familie med boules og petanque, hvor præcision, held og godt humør går hånd i hånd. Vi spiller inden-dørs, og der er også mulighed for at spille siddende. Her spiller vi først og fremmest for at have det sjovt – og der er ingen tilmelding, du møder bare op.

Onsdag kl. 10.30 – 11.30 i sal 1

Bordtennis

Vi spiller bordtennis for motionen, hyggen og det gode grin – og ja, det kan godt give sved på panden. Her spiller vi med dem, der møder op, så der er altid mulighed for at få battet i gang og udfordre hinanden på kryds og tværs.

Niveauet er hyggeligt, humøret højt, og der er plads til både skæve server og skarpe smash. Kig ind og vær med!



Ceres Sanggruppe

Er du vild med at synge sammen med andre og få et godt grin med på vejen, så er sanggruppen lige noget for dig. Her er fællesskabet i centrum, når vi løfter stemmerne sammen. Holdlederen tilrettelægger dagens program, men der er altid plads til gode idéer fra gruppen selv.

Vi har en dygtig pianist tilknyttet, som akkompagnerer og guider os gennem sangene, og derfor er der en mindre månedlig deltagerbetaling.

Ingen tilmelding – du møder bare op og synger med.

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

Glasfusing

Glasfusing er kreativ fordybelse med farver, former og lidt magi i ovnen. Her smelter glasstykker sammen og bliver til unikke figurer, billeder, fade. Nogle gange overrasker glasset næsten lige så meget som skaberen.

Holdene er små og hyggelige med maks. 3 deltagere pr. forløb á 6 gange, så der er god tid til både fordybelse, idéer og godt samvær. Når du har afsluttet et hold, er du meget velkommen til at tilmelde dig igen. Der er en kilopris på glasset, som også dækker brænding og brug af værktøj. Der kan være ventetid på at komme på et hold.

Onsdag kl. 10.00 – 12.30 i glasværkstedet

Keramik med mulighed for at dreje

Fællesskabet og hyggen er i højsæde på vores keramikhold. Her støtter vi hinanden og slipper kreativiteten løs med ler og glasur. Keramik er også et værksted, hvor mange praktiske opgaver følger med, og alle deltagere forventes at give en hånd med og hjælpe de frivillige holdledere med de fælles opgaver omkring værkstedet. Det er en del af fællesskabet. 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 smukt, traditionelt håndarbejde, hvor mønstre skabes med pinde, tråd og krydsninger på et kniplebræt. Aktiviteten er for dig, der allerede kan de grundlæggende slag. Der er ingen undervisning, men vi hjælper og inspirerer hinanden undervejs i et hyggeligt fællesskab. Ingen tilmelding – du møder bare op.

Torsdag kl. 09.00 – 11.30 i rum 3

Korthold

Slip kreativiteten løs og lav personlige lykønskingskort og telegrammer til alle anledninger. Vi arbejder med klip, syning, billeder, 3D-effekter og meget mere – kun fantasien sætter grænser.

Her er plads til både idéudveksling, hygge og fordybelse, og du er meget velkommen til at medbringe egne materialer. Materialer kan også købes på holdet.

Ingen tilmelding – du møder bare op.

Tirsdag kl. 09.30 – 13.30 i rum 3

Kreahygge

Kreahygge er for dig, der har lyst til at fordybe dig i kreative projekter i godt selskab. Vi kaster os ud i forskellige idéer, f.eks. blomster af crepepapir, og hyggen og fællesskabet er i centrum. Sammen finder vi inspiration til kommende projekter. Maks. 10 deltagere.

Tirsdag kl. 13.00 – 15.00 i fællesrummet

Linedance

Linedance er livsglæde, musik og masser af godt humør – og samtidigt rigtig god motion. Vi har to hold, ét for let øvede og ét for øvede, så der er plads til både dig, der kender grundtrinene, og dig, der er klar til flere udfordringer på dansegulvet. Vi danser i store fællesskaber med smil, energi og musik, der næsten får fødderne til at gå af sig selv. Der



er ikke undervisning fra bunden, så du skal have lidt kendskab til trine-
ne, men alle med lyst til rytme og
fællesskab er hjerteligt velkomne.

Tilmelding er ikke nødvendig – du
møder bare op. Der er deltager-
betaling.

Tirsdag

Let øvet kl. 09.15 – 10.45

Øvet kl. 11.00 – 12.30

Patchwork

Patchwork er en hyggelig og kreativ
håndarbejdsteknik, hvor stofrester
får nyt liv og bliver forvandlet til
f.eks. tæpper, duge og små tøjdyr.
Her er plads til både erfarne og nys-
gerrige begyndere – og der er ingen
tilmelding, du møder bare op.

Onsdag kl. 09.00 – 13.00 i rum 3

Snapselaug

Snapselauget blev stiftet i 2025
er for muntre godtfolk med smag
for fællesskab, traditioner og en
god kryddersnaps. En gang om

måneden mødes vi i kælderen
under Ceres Centret, hvor vi nyder
et stykke smørrebrød, smager på
hjemmelavede snapse, udveksler
opskrifter og deler gode historier.
Deltagerne medbringer egne snap-
se samt øl eller vand. I løbet af året
tager vi også på sanketure, hvor vi
samler porse, malurt og andre urter,
der kan blive til nye spændende
smagsoplevelser.

Her er både plads til nysgerrige
nybegyndere og garvede snapse-
sjæle.

Der er plads til 20 deltagere, og der
må påregnes venteliste.

Torsdag (første i måneden) kl. 12.00
– 14.00

Spisefællesskab

Spisefællesskab – mad, mennesker
og nærvær. God mad smager bare
bedre i godt selskab. I vores spise-
fællesskab mødes en fast gruppe
spisevenner hver uge i caféen til
et måltid med plads til både grin,
gode samtaler og nye relationer
omkring bordet.



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

Vi spiser sammen, fordi det ganske enkelt er hyggeligere end at spise alene – og fordi latter ofte går godt til sovs.

Du betaler et fast beløb for middag, kaffe og småkager/dessert. Tilmelding hos aktivitetsmedarbejderen.

Torsdag kl. 12.00 – 13.30 i Caféen

Strikke Café

Tag strikketøjet under armen og kom til hyggelige timer med garn, gode idéer og godt selskab.

I strikkecaféen inspirerer vi hinanden med opskrifter, tips og nye projekter, mens snakken går og masker bliver til.

Her er plads til både fordybelse, fællesskab og et godt grin undervejs. Ingen tilmelding – du møder bare op.

Onsdag kl. 13.30 – 17.00 i fællesrummet

Skak

I samarbejde med Ældresagen tilbyder vi skak for både øvede og let øvede spillere, der kender spillets grundregler og har lyst til et par timers hyggelig og uforpligtende skak.

Her er der plads til både seriøse træk, kreative kombinationer og et smil, når planen ikke helt holder. Vi spiller for fornøjelsens skyld – og for at give hjernen lidt god motion undervejs. Tilmelding til Kjeld på tlf. 30289152.

Torsdag kl. 10.00 – 12.00 i rum 1

Syklub

Har du lyst til at fordybe dig i syning og skabe noget med hænderne, er syklubben et hyggeligt sted at være.

Du bestemmer selv, hvad du vil sy, og vores dygtige holdleder hjælper dig gerne i gang og giver vejledning undervejs.

Du skal have kendskab til symaskine og kunne arbejde videre selvstændigt efter introduktionen.

Du kan låne symaskine på centret eller tage din egen med.

Mandag kl. 09.30 – 13.00 i rum 3

Træværksted

På vores træværksted er der plads til både kreativitet, håndværk og fællesskab. Her kan du arbejde med mindre træprojekter og reparationer ved hjælp af drejebænke og andet værktøj. Vi vægter fællesskab og sikkerhed højt, og du får derfor en 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.

Man – tors kl. 10.00 – 14.00

Fredag kl. 09.30 – 14.00

I træværkstedet i kælderen ved indgang E.

Ølbrygning

Siden 2018 har vi brygget øl i kælderen på Ceres Centret, hvor håndværk, fællesskab og gode smagsoplevelser går hånd i hånd. Der er 10 hold med 4 bryggere på hvert hold, og hvert hold vælger selv, hvad de vil brygge og hvor ofte. Ved behov er der tilknyttet en mentor. Et bryg er på 25 liter, som deles mellem de fire bryggere, der også selv afholder

udgiften. De fleste hold brygger 7-8 gange om året, og vi bruger og udvikler vores egne opskrifter – håndbrygget øl, når det er bedst.

Ud over brygningen har vi sociale aktiviteter på tværs af holdene, fx lokalt mesterskab i ølbrygning, tirsdagsbar, fællesspisning og ølsmagning. Der må forventes venteliste for nye bryggere.

Vi brygger i vores stemningsfulde lokale Den Gylde Hest i kælderen ved indgang B.

Åbent fællesskab

Savner du nogen at drikke en kop kaffe med, nørkle sammen med eller bare vende verdenssituationen med, så kig ind i vores åbne fællesskab. Her kan du tage dit håndarbejde, tegnegrej eller andre projekter med – eller bare komme for hyggens skyld. Snakketøj og godt humør kræver ingen materialer. Der er ingen holdleder, ingen tilmelding og ingen krav om at kunne noget særligt – du møder bare op og bliver en del af fællesskabet. Af og til er der særlige arrangementer i lokalet, som kræver tilmelding, så hold øje med arrangementsoversigten.

Mandag – torsdag kl. 10.00 – 15.00

Fredag kl. 10.00 – 13.00

Arrangementer, ture og praktisk information

Kalenderen bugner

Vores arrangementer og ture fylder så meget, at de har deres helt eget program. Det udkommer to gange om året – januar til juni og juli til december – fyldt med oplevelser, grin, fællesskab og gode stunder. Hold øje med det! Når du tilmelder dig et arrangement, betaler du med det samme og får selvfølgelig billet i hånden. Vi holder af, at Ceres Centret samler mennesker med mange interesser. Derfor rummer programmet både noget for de nysgerrige, de selskabelige og dem med lyst til små eventyr.

Vil du være med bag kulisserne?

Der er faktisk ret meget hygge i at få tingene til at ske – og lige nu mangler vi flere hænder og gode hoveder.

Vi søger frivillige, som har lyst til at hjælpe med:

Planlægning af arrangementer og ture.

Har du idéer, overblik eller bare lyst til at være med til at skabe gode oplevelser, er Arrangementsudvalget måske noget for dig.

Chauffør til vores lille handicapbus.

Du kan køre den med almindeligt kørekort, og du hjælper brugere godt af sted til ture og oplevelser.

Opstart af brætspilscafé.

Kan du lide kortspil, brætspil eller bare godt selskab, vil vi gerne samle et nyt spilfællesskab.

Opstart af madlavningshold.

Har du lyst til at samle andre om madglæde, opskrifter og hyggeligt samvær, vil vi gerne hjælpe et madlavningshold godt i gang.

Praktiske hjælpere før, under og efter arrangementer.

Borddækning, servering, pynt, oprydning, små praktiske opgaver – mange hænder gør arbejdet sjovere.

Vi har flere udvalg, hvor du kan være med i stort eller småt:

Kommunikationsudvalget:

Spredt gode historier og information.

Handyudvalget:

Får det praktiske til at spille.

Pynte-plante-kunst-udvalget:

Skaber stemning og grøn hygge. Du behøver ikke binde dig til en masse. Måske vil du hjælpe en gang imellem, måske mere fast – begge dele er værdifuldt.

Har du lyst til at høre mere? Kig forbi, skriv 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 og betale for hold, materialer og drikkevarer. Vi modtager både MobilePay og kontanter. Du kan også købe brugernes egne håndlavede kreationer – for eksempel keramik, strik, kort og fine træfigurer.

Kaffeordning

Som bruger af aktivitetscentret kan du benytte vores kaffeordning. Du finder mere information i centret.

Facebook

Følg os på Facebook – søg på Ceres åbne aktivitetscenter. Her deler vi

nyheder, billeder, tilmeldingsfrister og små glimt fra hverdagen.

Stille perioder – sommer og jul

I sommermånederne og op til jul holder mange frivillige en velfortjent pause, så der er færre aktiviteter – især i juli. Men der er stadig åbent på hverdage, og du er altid velkommen til en snak og en kop kaffe. Hold øje med opslag i centret for aktuelle åbningstider og tilbud.

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

Parkering på Ceres Centrets område administreres af boligforeningen Albo. Husk altid at orientere dig på skiltningen om gældende regler og at stille p-skiven. Der er desuden mulighed for parkering i gaderne omkring centret.

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

Charlotte Laugesen

Tlf. 30 32 76 89

Mail: ckal@horsens.dk

Anne Marie M. Eriksen

Tlf. 51 48 72 61

Mail: ae@horsens.dk

Ceres Centret

Nørretorv 1-3

8700 Horsens