

SAMVÆR NETVÆRK  
FÆLLESSKAB  
FRIVILLIGHED  
LIVS NY-  
KITTET GLÆDE  
VI LOFTER I FLOK  
AKTIVITETEN  
VENSKAB

# Café Aktivitetscenter



## Præsthøjgården

Åbent aktivitetscenter  
Program 1/7 - 31/12 2024

Horsens Kommune

# Indhold

## I dette program finder du følgende:

Velkommen til Præsthøjgården.....	3
Mød Centerrådet.....	4
Ugeplan for aktiviteter .....	5
Holdoversigt og information .....	6
Arrangementer og tilbud.....	9
Fællesskab.....	10
Nyhedsbrev .....	10
Frivillig.....	11
Adresse og kontaktinformationer .....	12

# Velkommen til Præsthøjgården

Det åbne aktivitetscenter henvender sig til borgere i alderen 60+ og førtidspensionister. Her kan du deltage i faste hold og forskellige arrangementer. Holdene har tilknyttet én eller flere frivillige holdledere og fælles er, at der prioriteres et godt socialt fællesskab. Holdene er gratis at deltage på, og der er derfor kun tale om egenbetaling i forhold til materialer. Der kan være venteliste til nogle af holdene pga. deltagerbegrænsning.

I dette program kan du se hvilke faste hold, vi tilbyder i det åbne aktivitetscenter. Derudover er vi i fuld gang med at planlægge arrangementer for vinter/forår 2024, der vil komme en separat oversigt over disse inden nytår.

Med venlig hilsen

Centerrådet & aktivitetsmedarbejderne

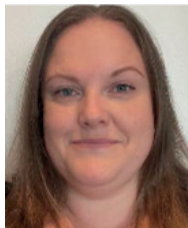


Anne Østergaard Olesen

Tlf.: 24 97 20 68

Mail: aoo@horsens.dk

Træffetider: mandag – fredag



Karina Schurizeck

Tlf.: 23 44 67 63

Mail: karsc@horsens.dk

Træffetider: torsdag kl. 9-11

# Centerråd

Ethvert åbent aktivitetscenter har et centerråd tilknyttet.

Sammen med aktivitetsmedarbejderen planlægger Centerrådet hvilke aktiviteter og arrangementer, der skal være i det pågældende center.

Centerrådets opgaver er at sikre brugernes interesser og indflydelse i det åbne aktivitetscenter med det formål at skabe meningsfulde aktiviteter og fællesskaber for centerets målgruppe.

Valg af Centerråd sker for 2 år ad gangen. Suppleanter vælges for 1 år. Opstillings- og stemmeberettigede på årsmødet i Centerrådet er aktive brugere og/eller frivillige af centerets faciliteter. Disse skal være bosiddende i Horsens Kommune og være i alderen 60+ og/eller førtidspensionister.

Så har du lyst til at have indflydelse på de ting, der sker i det åbne aktivitetscenter, så kan du overveje at stille op i 2025.

## Nuværende centerråd:

<b>Formand</b>	Mette Pedersen	<b>Medlem</b>	Gunil Nielsen
<b>Næstformand</b>	Jette Rasmussen	<b>Medlem</b>	Gerda Offersen
<b>Sekretær</b>	Kirsten Bachmann	<b>Medlem (1 år)</b>	Lene Dyhr
<b>Kasserer</b>	Gunnild Juhl	<b>Suppleant</b>	Lone Hertz

# Ugeplan for aktiviteter

## Mandag

Blomsterbinding	09.00 – 12.00
Gymnastikhold	10.00 – 11.00
Krolf	13.30 – 16.30

## Tirsdag

IT	09.30 – 11.30
Koret Unoderne	09.30 – 12.00
Tirsdagstræf	13.00 – 16.00

## Onsdag

Billard	10.00 – 12.00
Gåholdet (Ulige uger)	10.30
Malerhold	15.00 – 18.00
Herregruppen (lige uger)	10.00 – 13.00

## Torsdag

Malerhold	09.30
-----------	-------

## Fredag

Whist – <b>OBS! Whist holder pause</b>	14.00 – 16.00
--	---------------

## OBS!

Der er venteliste på holdene: Blomsterbinding, Malerhold, Gymnastik, IT og Krolf.

Der er plads på følgende hold: Unoderne, Tirsdagstræf, Herregruppen, Gåholdet.

Er du interesseret i at starte et nyt hold op og være holdleder på det? Så kontakt da aktivitetsmedarbejderne.

Det er muligt at starte hold op om aftenen, fx et filmhold. Vi har en stor skærm i aktivitetslokalet, hvor man kan sætte sin computer til, så man kan se film sammen.

# Holdoversigt og information

## **Billard**

Alle er meget velkomne til at komme til et slag billard.

**Sted:** Billardbordet v. caféen

**Holdleder:** Jørgen

**Tid:** Onsdage kl. 10.00 – 12.00

## **Blomsterbinding**

**Sted:** Aktivitetslokalet

**Holdleder:** Mette

**Tid:** Mandag kl. 09.00 – 12.00

## **Gåholdet**

Vi mødes ved hovedindgangen til Præsthøjgården og går ca. 60 minutter.

Her handler det ikke om at gå hurtigt og langt, men om frisk luft og godt samvær.

**Holdledere:** Kirsten & Kirsten

**Tid:** Onsdage i ulige uger kl. 10.30







### **Gymnastikhold**

**Sted:** Pejsestuen

**Holdleder:** Henning

**Tid:** Mandag kl. 10.00 – 11.00

### **Herregruppen**

I Herregruppen diskuteres forskellige emner inden for samfund og politik, samt hvad der ellers rører sig.

Vi tager på udflugter til spændende steder i kommunens 2 busser. Vi søger flere medlemmer!

**Tid:** Onsdag i lige uger 10.00 – 13.00

### **IT**

Vejledning i at bruge og forstå din computer. Vi tager udgangspunkt i dine spørgsmål og konkrete udfordringer.

**Sted:** Aktivitetslokalet

**Holdledere:** Erik og Poul

**Tid:** Tirsdag kl. 09.30 – 11.30

### **Koret Unoderne**

For dig, som elsker at synge og har lyst til at tage med ud og underholde. Vi synger et bredt repertoire af danske viser og sange. Du er også hjertelig velkommen til at lytte med, når vi øver. Vi søger nye sangglade damer. Holdleder Else Marie kan kontaktes på tlf.: 40 17 33 98.

**Sted:** Pejsestuen

**Holdledere:** Else Marie & Merete

**Tid:** Tirsdag kl. 9.30 – 12.00

### **Krolf**

Vi spiller Krolf på krolfanlægget ude foran aktivitetslokalet.

**Sted:** Aktivitetslokalet

**Holdledere:** Birtha & Eva

**Tid:** Mandag kl. 13.30 – 16.30



### **Malerhold**

Vi hygger os med at male sammen og inspirere hinanden. En gang imellem laver vi også fælles udstillinger.

**Sted:** Aktivitetslokalet

**Holdleder:** Mette

**Tid:** Onsdag kl. 15.00 – 18.00

Torsdag kl. 10.00 – 13.00



### **Tirsdagstræf**

Vi er et stærkt kvindefællesskab. Primært med fokus på det sociale, men vi kaster os også ud i lidt af hvert hvad angår kreative sysler. Medbring det du har lyst til at lave, eller bliv inspireret af de andre.

**Sted:** Aktivitetslokalet

**Holdleder:** Christel & Kisser

**Tid:** Tirsdag kl. 13.30 – 16.00

### **Whist - OBS! Whist holder pause**

Alle er velkomne. Du møder bare op. Vi spiller ved de runde borde i caféen. Det forudsættes, at man kender de grundlæggende regler i whist.

**Sted:** aktivitetslokalet/caféen

**Holdleder:** Uffe Gammelby Jensen

**Tid:** fredage kl. 14.00 – 16.00



## Arrangementer og tilbud

I Præsthøjgårdens aktivitetscenter afholder vi løbende arrangementer.

Et separat tillæg med arrangementer for efterår/vinter 2024 kommer inden sommerferien. Det bliver blandt andet foredrag, koncerter og fælles-spisning.

Har du spørgsmål så kontakt endelig aktivitetsmedarbejderne.  
Vi glæder os til at se jer!



# Har du lyst til at være en del af et socialt fællesskab over et dejligt måltid mad?

Har du lyst til at komme ud og få socialt samvær over et dejligt måltid mad, så har du mulighed for at komme i et spisefællesskab på Præsthøjgården.

I spisefællesskabet vil frivillige værter servere maden og hygge om jer. Du spiser sammen med 15-20 seniorer, som ligesom dig har lyst til at komme ud og møde andre og få en god snak over mad.

**Pris:** 60 kr. for maden, drikkevarer afregnes separat.

**Hvor og hvornår:** I Pejsestuen på Præsthøjgården, Ternevej 66  
hver 2. fredag (ulige uger) kl. 12.00.

## Nyhedsbrev

Kunne du tænke dig at blive opdateret om, hvad der sker her i det åbne aktivitetscenter? - Så tilmeld dig vores nye nyhedsbrev hos aktivitetsmedarbejderen: [karsc@horsens.dk](mailto:karsc@horsens.dk).

# Har du lyst til at være frivillig i åbent aktivitetscenter?

Åbent Aktivitetscenter er næsten udelukkende drevet af frivillige kræfter, og den frivillige indsats er derfor helt afgørende for stedet og de sociale og kulturelle tilbud, vi tilbyder her. Som frivillig bliver du en del af et socialt fællesskab med gode kolleger, hvor I er med til at gøre en kæmpe forskel for at forebygge ensomhed.

Er du nysgerrig på, hvad det vil sige at være frivillig i åbent center, så kontakt da aktivitetsmedarbejderne:

**Aktivitetsmedarbejder:** Anne Østergaard Olesen  
Tlf.: 24 97 20 68  
Mail: aoo@horsens.dk

**Aktivitetsmedarbejder:** Karina Schurizeck  
Tlf.: 23 44 67 63  
Mail: karsc@horsens.dk

**Aktivitetsmedarbejder**

Anne Østergaard Olesen

Tlf.: 24 97 20 68

Mail: aoo@horsens.dk

**Aktivitetsmedarbejder**

Karina Schurizeck

Tlf.: 23 44 67 63

Mail: karsc@horsens.dk

**Præsthøjgården**

Ternevej 66

8700 Horsens