



Birkebo

Åbent aktivitetscenter

Program 1/7 - 31/12 2023

Horsens Kommune

Indhold

I dette program finder du følgende:

Velkommen til Birkebo Centret

Mød Centerrådet

Ugeplan for aktiviteter

Holdoversigt og information

Arrangementer og tilbud

Frivillig – er det noget for dig?

Adresse - og kontaktinformationer



Velkommen til Birkebo Aktivitetscenter

Hjertelig velkommen til det åbne aktivitetscenter hos Birkebo Centret. I dette program finder du forskellige tilbud om hold, aktiviteter og arrangementer for seniorer 60+ og førtidspensionister. Tilbuddene er som udgangspunkt gratis, dog betaler man selv for forplejning og materialeforbrug på holdene.

På Birkebo Centret er der rart at være og lære - vi har fokus på samvær, hygge og gode stunder i hinandens selskab.

Alle hold ledes af frivillige vejledere, som har lyst og overskud til at lære fra sig inden for hvert deres område. Du kan læse mere om vores hold og aktiviteter på de næste sider.

Vi vil meget gerne vise dig rundt og fortælle om stedet. Her kan vi sammen finde frem til, hvad du har lyst til at deltage i. Kontakt blot aktivitetsmedarbejderen, så finder vi en tid sammen. Vores centerråd står også gerne klar til at hjælpe.

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

Aktivitetsmedarbejder
Birgit Brønnum



Mød Centerrådet

Formand	Hanne Sole	Tlf.: 22 24 20 99 Mail: hannesole@mail.dk
Næstformand	Betty Olesen	Tlf.: 61 36 57 59 Mail: kube@pc.dk
Kasserer	Karen Hansen	Tlf.: 51 35 01 60 Mail: jannimis@cdnet.dk
Medlem	Kurt Olesen	Tlf.: 51 29 47 14 Mail: kube@pc.dk
Medlem	Bodil Tarp	Tlf.: 75 78 01 81 Mail: btfo@post.tele.dk
Medlem:	Tonni Sørensen	Tlf.: 61 74 18 52 Mail: tonni-soerensen@hotmail.com
Medlem	Kirsten Pedersen	Tlf.: 61 75 01 38 Mail: tullemor1952@gmail.com
Revisor	Merete Maarbjerg	
Revisorsuppleant	Elly Olsen	
Medarbejder-repræsentant	Birgit Brønnum	Mobil: 24 95 90 32 Mail: bbr@horsens.dk



Ugeplan for aktiviteter

Mandag

Kaffe/oplevelses - hold 10.00

Tirsdag

Datastuen 09.30 - 11.30
Krolf 10.00
Dart mm. 10.00
Engelsk 10.00 - 12.00
Spisefælleskab 12.00

Onsdag

Akvarelkursus 09.30 - 12.00
Datastuen 12.30 - 14.30
Mandegruppe/Folketinget 09.30
Stolegymnastik 10.30 - 11.30
Bankospil 14.00
(Ulige uger)

Torsdag

Datastuen 12.30 - 14.30
Krolf 10.00
Dart mm. 10.00
Styrketræning 09.00

Holdoversigt og information

Akvarelkursus

Har du lyst til at stifte bekendtskab med akvarelmaleriets tekniske muligheder og udfordringer, så er du velkommen onsdage kl. 9.30 i aktivitetsrummet ved cafeen.

Der vil blive øvelser i bl.a.:

Vådt i vådt

Lys og skygge

Farveteknikker

Objekter og abstraktion

Alle er velkomne såvel begyndere som øvede.

Tid: Onsdag kl. 9.30 – 12.00

Kontaktperson: Vivi Nielsen Tlf.: 30 60 29 14 eller mail: vivinielsen11@gmail.com

Bankospil

Kom og spil bankospil i cafeen.

Vi spiller ca. 1½ time og drikker herefter kaffe, som kan købes i cafeen.

Pris pr. plade: 10 kr. Alle er velkomne.

Tid: Onsdag i ulige uger kl. 14.00 i cafeen. Kontaktperson: Aktivitetsmedarbejder

Datastuen

Datastuen Birkebo er en selvstændig forening, der samarbejder med Ældremobiliseringen og aktivitetscenteret på Birkebo. Horsens kommune har stillet et lokale til rådighed, og det fungerer godt. Datastuens aktivitet består af et forårskursus og et efterårskursus, der begge "kører" i 10 uger med 2 timer hver uge – altså 20 timer pr. kursus.

Til at hjælpe og vejlede deltagerne er der på alle hold mindst 3 vejledere.

Der er hold tirsdag, onsdag og torsdag.

Kontaktperson: Poul Møller Jensen, Tlf.: 41 42 03 21

Dart og andre spil

Når vejret bliver for dårligt til at spille krolf, spiller vi boccia, minigolf, stige-golf m.m. i stedet for. Kom og prøv kræfter med det i festsalen.

Tirsdag kl. 10.00 og torsdag kl. 14.00

Engelsk

Vil du gerne kunne klare dig på engelsk når du skal ud at rejse eller i andre sammenhænge, kan du lære det her. Vi beskæftiger os med almindelig dagligdags tale, sang m.m.

Tid: Tirsdag kl. 10.00 i aktivitetsrummet ved cafeen.

Kontaktperson: Ann Asmussen, Tlf. 61 72 52 03



Kaffe/oplevelses - hold

Har du lyst til at hygge dig i godt selskab. Vi mødes hver mandag til et rundstykke og en kop kaffe. Her finder vi i fællesskab ud af at arrangere ture ud af huset alt efter, hvad vi har af interesser/lyst til at opleve. Du er meget velkommen, hvis du har lyst til dette og måske mangler en eller flere at følges med til dine ønsker/interesser.

Krolf

Kom og brug vores krolfbaner. Vi spiller foreløbig 2 gange om ugen, men du kan selvfølgelig også spille alle andre dage.

Tid: Tirsdag kl. 10.00 og torsdag kl. 14.00 Kontaktperson: Aktivitetsmedarbejder

Mandegruppe/Folketinget

Vi er en gruppe mænd på 60+ eller førtidspensionister, som mødes en gang om ugen. Vi drikker kaffe og spiser rundstykker (betaler 10 kr. for dette).

Vi hygger os med snak, frokoster, spil, tager på udflugt ud i det blå, på museum, sommerhusbesøg m.m. Tid: Onsdag kl. 9.30 i festsalen. Kontaktperson: Sven Erik Madsen, tlf.: 40 17 47 49

Spisefællesskab

Har du lyst til at spise sammen med andre i et trygt og hyggeligt spisefællesskab?

Vi mødes hver tirsdag kl. 12. Hvis du vil vide mere, skal du endelig kontakte den ansvarlige Liz Langfeldt, tlf.: 21 27 88 36 eller mail: liz@horsens.dk



Stolegymnastik

Gymnastikken foregår siddende på stole, hvor vi arbejder hele kroppen igennem til god musik. Vi arbejder også med hukommelses- og balanceøvelser, og indimellem er der tid til et godt grin. Vi varmer op med forskellige boldspil.

Tid: Onsdag kl. 10.30 til 11.30. Kontaktperson: Aktivitetsmedarbejder

Syng og vær glad

Fællessang en gang om måneden. Der betales 25 kr. for kaffe og kage.

Alle er velkomne.

Tid: 1. mandag i hver måned kl. 14.00 - 16.00 i festsalen.

Kontaktperson: Birthe Kongerslev tlf.: 61 99 91 53

Styrketræning

Kom og bliv en del af et hold, hvor I træner sammen og nyder en kop kaffe i pausen eller book dig ind til en tid alene, hvor du selv bestemmer farten.

Start med en grundig instruktion ved vores dygtige vejledere, så du på egen hånd kan klare at træne fremover.

Træningen foregår i festsalen, og det er muligt at benytte maskinerne hver dag.

Holdtræning torsdag kl. 9.00

Kontaktperson: Jonna Nielsen tlf.: 75 78 16 25

Arrangementer og tilbud

Gudstjenester

Følgende tirsdage kl. 14.00 er der gudstjeneste i cafeen:

29. august

26. september

31. oktober

25. april

28. november

19. december

Efter gudstjenesten drikker vi kaffe og hygger os med snak og fællessang.

Folk udefra er meget velkomne, og menighedsrådet er vært ved kaffen.

Birkeklubben

Støtteforeningen "Birkeklubben" blev stiftet i 1988.

I samarbejde med Birkebo arrangerer vi oplevelser for beboerne af forskellig art såsom:

Hyggeaftener m/ underholdning

Bankospil

Pårørendefester m.m.

Udflugter

Vi yder tilskud til ønsker fra Birkebo til køb af ting, som der ikke ydes tilskud til fra det offentlige samt tilskud til den årlige forårsfest og høstfest.

Midlerne til alt dette får vi ind ved hjælp af dit medlemskab af vor forening.

Kontingentet er 75 kr. pr. år.

Har du lyst til at blive medlem, kan du henvende dig på Birkebo Centret.

Formand: Svend Erik Madsen, tlf.: 40 17 47 49.

Frokost i cafeen

Har du lyst til at nyde lidt frokost i godt selskab, en god snak og lidt fællessang, så er det muligt i cafeen på Birkebo Centret.

Vi bestiller smørrebrød i køkkenet, og du medbringer selv drikkevarer.

Indimellem er der også musikunderholdning. Tid: en gang om måneden. Opslag med nærmere info bliver hængt op. Kontaktperson: Aktivitetsmedarbejderen.



Café/køkken

Birkebo har et modtagerkøkken, som hver dag modtager mad fra centralkøkkenet på Klovenhøj Centret. Personalet på Birkebo sørger for anretning og servering af maden til beboerne i plejeboligerne.

Birkebo café er åben mellem kl 11.30 og 12.00 på hverdage.
Ønsker man forplejning i det tidsrum, skal maden forudbestilles på tlf.: 76 29 78 21.

Der kan købes varm middagsmad eller smørrebrød (håndmad)

Vi glæder os rigtig meget til at byde dig velkommen på hold, ved arrangementer og ture hos det åbne aktivitetscenter på Birkebo Centret ☺.

SAMVÆR NETVÆRK
FÆLLESSKAB
FRIVILLIGHED
VENSKAB GLÆDE
VI LØFTER I FLOK
LIVSKVALITET
AKTIV


Frivillig

Har du lyst til at være frivillig på centret?

På Birkebo er der ca. 40 frivillige hjælpere/vejledere, der deler ud af deres tid, viden og omsorg. Herved er de med til at give beboere, brugere og sig selv gode oplevelser og udfordringer.

Som frivillig kan man vejlede på et hold, have praktiske opgaver, være hjælper i forhold til beboeraktiviteter eller noget helt andet.

Samarbejdet mellem frivillige, personale og brugere prioriteres højt, således at alle kan få det bedste ud af indsatsen.

Har du lyst/interesse til at være frivillig, kan du henvende dig til aktivitetsmedarbejderen:

Birgit Brønnum, tlf.: 24 95 90 32 eller mail: bbro@horsens.dk.

Horsens Kommune

Aktivitetsmedarbejder

Birgit Brønnum
Tlf. 24 95 90 32
Mail: bbro@horsens.dk

Afløser

Gitte Sørensen fra Gedvedhus
Tlf. 76 29 18 93
Mail: gus@horsens.dk

Birkebo Centret

Vestbirkvej 3
8752 Østbirk