



Gedvedhus

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

Horsens Kommune

Indhold

I dette program finder du følgende:

Velkommen til Aktivitetscenter Gedvedhus	3
Kombiråd	4
Ugeplan for aktiviteter	5
Holdoversigt og information	6
Arrangementer og tilbud.....	10
Frivillig.....	11
Adresse og kontaktinformationer	12

Velkommen

Hjertelig velkommen til Gedvedhus' åbne aktivitetscenter. Det åbne aktivitetscenter er for alle borgere i Horsens Kommune i alderen 60+ og førtidspensionister. Uanset om du ønsker at være aktiv, lære noget nyt eller blot nyde samværet med andre, er her mulighed for at finde noget, der passer til dig.

På Gedvedhus gør vi os umage for, at det er et dejligt sted at være, og et sted hvor alle føler sig velkomne. Her er fællesskab, hygge og gode stunder en naturlig del af hverdagen. Dette kan kun lade sig gøre takket være vores engagerede frivillige og Kombirådet, som alle bidrager til at skabe liv og aktiviteter på centret. Sammen arbejder vi på at sikre et varieret og inspirerende aktivitetstilbud

I dette årsprogram kan du se, hvilke faste aktiviteter og hold vi har i det åbne center. Programmet er sammensat med udgangspunkt i brugernes ønsker, og der er løbende mulighed for at udvikle nye aktiviteter. Alle hold ledes af frivillige vejledere, som har lyst og overskud til at lære fra sig indenfor hvert deres område. På den måde har vi en spændende palet af aktiviteter med noget for enhver smag. Alle vores øvrige arrangementer findes i et særskilt hæfte, som fås på centret. Du har også mulighed for at tilmelde dig vores nyhedsbrev på tavlen ved indgangen.

Har du lyst til at blive en del af fællesskabet – enten som deltager eller som frivillig – er du meget velkommen til at kontakte aktivitetsmedarbejderen. Er du nysgerrig på aktiviteterne eller ønsker at høre mere om mulighederne, er du altid velkommen til at kigge forbi, ringe eller skrive til os.



Vi håber, du vil have lyst til at være en del af Gedvedhus og glæder os til at møde dig og byde dig velkommen.

Med venlig hilsen

Kombirådet og Aktivitetsmedarbejder Joan Stork

Kombiråd

Formand

Ejlif Hedegård
Tlf.: 28 83 47 59
Mail: ejlif.hedegaard@stofanet.dk

Næstformand / Pårørendemedlem

Erik Olsen
Tlf.: 23 38 86 27
Mail: erik.olsen@rocketmail.com

Kasserer

Britta Madsen
Tlf.: 29 60 40 01
Mail: hkbvom@gmail.com

Medlem

Jette Laursen
Tlf.: 21 73 46 44

Medlem

Kirsten Schov Mikkelsen
Tlf.: 51 54 16 78
Mail: sm-ks@post.tele.dk

Medlem

Jonna Møller
Tlf.: 20 30 72 99
Mail: jonnamliller@gmail.com

Medlem

Inge Bergh
Tlf.: 61 62 26 29
Mail: ingebergh@hotmail.com

Medlem

Lene Iversen
Tlf.: 26 46 14 85
Mail: jli@mail.tele.dk

Medlem

Ragna Christensen
Tlf.: 22644404
Mail: ragnachristensen48@gmail.com

Medlem

Mona Jørgensen
Tlf. 22 53 48 55
Mail: monamartinsvej@hotmail.com

Beboermedlem

Grethe Madsen
Tlf.: 41 24 70 49

Pårørendemedlem

Karin Vase
Tlf.: 20 12 10 27
Mail: mariakarinp@hotmail.com

Ugeplan for aktiviteter

Mandag

Selvtræning	07.00 – 15.00
Gåfællesskab	09.00
Billard	09.00 – 12.00
Petanque	09.00 – 12.00
Blomsterbinding (se datoer på side 6)	09.00 – 12.00
Blomsterbinding	13.00 – 16.00
Sang (ulige uger)	14.30 – 16.00

Tirsdag

Selvtræning	07.00 – 15.00
Seniortræning 60+	08.30 – 09.45
Billard	09.00 – 12.00
Herre - madhold	10.00 – 13.00
Nål og tråd	13.00 – 16.00
Banko (se datoer på side 6)	14.00
Gåfællesskab	16.00

Onsdag

Selvtræning	07.00 – 15.00
Datastuen	09.00 – 11.00
Gåfællesskab	10.00
Herre - madhold (ulige uger)	10.00 – 13.00
Herreværelset (lige uger)	11.00 – 13.00
Alt for Kvinder (ulige uger)	12.00 – 15.00
Gudstjeneste (se datoer på side 7)	14.00 – 15.30
Strikke/hækle - hold	19.00 – 21.00

Torsdag

Selvtræning	07.00 – 15.00
Seniortræning 60 +	08.30 – 09.45
Kom videre (ulige uger)	10.00 – 12.00
Spisefællesskab (lige uger)	12.00 – 14.00

Fredag

Selvtræning	07.00 – 15.00
Styrke og balance	08.30 – 09.30
Billard	09.00 – 12.00
Petanque	09.00 – 12.00
Sequence	09.00 – 12.00

Holdoversigt og information

Alt for Kvinder

Alt for kvinder, Ældre Sagen Horsens Nord, er for kvinder 60+ fra Gedved og omegn. Vi mødes i dagtimerne til hyggeligt samvær og et måltid mad.

Tid: Onsdag i ulige uger kl. 12.00 – 15.00

Sted: Aktivitetscentret

Kontaktperson: Bodil Hansen

Banko

Vi spiller Bankospil i spisestuen en tirsdag om måneden.

Tid: Tirsdag kl. 14.00

Sted: Spisestuen

Kontaktperson: Aktivitetsmedarb.

Pris: Pr. plade 10 kr.

Dato: 2026: 1/8, 8/9, 6/10, 3/11, 1/12
2027: 19/1, 16/2, 16/3, 13/4, 11/5, 8/6

Billard

Et spændende og hyggeligt spil, hvor vi også tilbyder introduktion, men du kan selvfølgelig også spille alle andre dage.

Tid: Mandag, tirsdag og fredag kl. 9.00 – 12.00

Sted: Forhallen

Kontaktperson: Aktivitetsmedarb.

Blomsterbinding

Orientering omkring plukning, opbevaring og brug af blomster til buketter samt behandling af oasis. Lær at binde en buket samt lave en flot dekoration. Du skal selv have blomster, grønt og grene med. Materialeudgifter må påregnes. NB.: Tilmelding og begrænset deltagantal.

Tid: Mandag kl. 9.00 – 12.00 og kl. 13.00 – 16.00 (ulige uger)

Sted: Aktivitetscentret

Vejleder: Jette Laursen

Anna Marie Lundsgaard

Lene Uhrenholt Andersen

Dato: 2026: 21/9, 5/10, 19/10, 2/11, 16/11

Datastuen

Vi tilbyder IT og internet. Vi vejleder både helt nybegyndere og let øvede. Bliv indført i den digitale verden! Lær om:

- Digital Post
- Netbank
- Kontakt til offentlige myndigheder
- E-mail
- Internettet generelt
- Kontakt med familie og venner via Facebook



- Lydbøger
- Regneark
- Tekstbehandling
- Billedebehandling / fotobøger
- Handel på nettet
- Slægtsforskning
- iPad, tablet og smartphone
- MitId

Vi benytter individuel undervisning tilpasset den enkeltes behov.

Tid: Onsdag kl. 9.00 – 11.00

Sted: Datastuen

Vejledere: Leif Olsen, Niels Anders Svendsen, Thomas Strøm Larsen.

Gudstjeneste

En onsdag om måneden holdes gudstjeneste ved sognepræst Louise Holmen

Tid: kl. 14.00

Dato: 2026: 5/8, 2/9, 7/10, 4/11, 2/12, Julegudstjeneste d. 22/12

2027: 6/1, 3/2, 3/3, 7/4, 5/5, 2/6, Sommersang i haven d. 23/6

Sted: Spisestuen

Kontaktperson: Aktivitetsmedarb.

Gåfællesskab

I vores gåfællesskab er det rart at

motionere. Jeg står klar til at byde dig velkommen til en dejlig gåtur. Vi går ca. 75 minutter hver gang.

Tid: Mandag kl. 9.00

Tirsdag kl. 16.00

(mødested Brøndager 33)

Onsdag kl. 10.00

Sted: Hovedindgang til Gedvedhus

Herre – madhold

Vi laver både nye og gammelkendte retter. Menuen fastsættes, tilberedes og nydes i fællesskab.

Tid: Tirsdag og onsdag (ulige uger) kl. 10.00 – 13.00

Sted: Køkkenet i aktivitetscentret

Vejleder: Else Pedersen og

aktivitetsmedarbejder

Tilmelding kræves, da der er begrænset antal pladser.

Herreværelset

Et hold for enlige mænd i alderen 65+ fra Gedved og omegn. Vi mødes hver 2. uge til samvær og frokost.

Tid: Onsdag (lige uger) kl. 11.00 – 13.00

Sted: Aktivitetscentret

Kontaktperson: Harry Nielsen og Bo Hansen



Håndarbejdsholdet Nål og tråd

Er du kreativ med nål og tråd – så kom og vær med til en hyggelig eftermiddag. Vi syr patchwork, applikation, broderer, strikker m.m. – både i hånden og på maskine. Vi hjælper og inspirerer hinanden med vores sytøj.

Tid: Tirsdag kl. 13.00 – 16.00

Sted: Aktivitetscentret

Kontaktperson: Aktivitetsmedarb.

Kom videre

En lille gruppe for dig der har mistet din ægtefælle. Vi drikker kaffe og spiser rundstykker, mens vi får os en snak.

Tid: Torsdag i ulige uger Kl. 10 til 12. til kaffe og rundstykker.

Sted: Aktiviteten

Frivillige: Jeanette Børgesen og Lene Iversen

Kryddersnaps

Vi inspirerer hinanden til at fremstille forskellige kryddersnapse. Vi tager ud i naturen og samler urter og bær til snapsen.

Vi aftaler fra gang til gang, hvornår vi mødes.

Sted: Aktiviteten

Kontaktperson: Aktivitetsmedarb.

Petanque

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

Tid: Mandag og fredag

kl. 9.00 – 12.00

Sted: Ude på banen

Kontaktperson: Aktivitetsmedarb.

Sang

Fællessang med beboerne. Kristian og Jørgen spiller og synger for.

Tid: Mandag (ulige uger)

kl. 14.30 – 16.00

Sted: Spisestuen

Kontaktperson: Aktivitetsmedarb.

Selvtræning

Hvis du har lyst til og brug for at styrketræne og bevare din krops funktioner, så har du muligheden for at selvtræne i maskinerne på Gedvedhus med instruktion fra en fysioterapeut.

Sted: Aktivitetscenter



Tid: Alle hverdage efter aftale

Kontaktperson: Aktivitetsmedarb.

Seniortræning 60+

Vi arbejder med rygtræning, styrketræning med håndvægte, brede elastikker, balance træning, store bolde mm.

Bækkenbundstræning de sidste 15 minutter hver gang.

Tid: Tirsdag og torsdag kl. 8.30 – 9.45

Sted: Aktivitetscentret

Instruktør: Karen Marie Schiermer

Sequence

Fredag formiddag får vi os et spil sequence og en kop morgenkaffe.

Tid: Fredag kl. 9.00

Sted: Aktivitetscenteret

Kontaktperson: Aktivitetsmedarb.

Spisefællesskab

Har du lyst at spise sammen med andre i et trygt og hyggeligt spisefællesskab? De frivillige dækker fint bord, serverer mad, drikke og sørger for godt selskab.

Tid: Torsdag kl. 12.00 i lige uger

Sted: Aktivitetscentret

Kontaktperson: Aktivitetsmedarb.

Strikke/hækle – hold

Er du glad ved at strikke eller hækle og/eller har lyst til at komme i gang med at gøre det? Så er det måske lige det her, du skal være med til. Vi hjælper og inspirerer hinanden.

Tid: Onsdag kl. 19.00 – 21.00

Sted: Aktivitetscentret

Kontaktperson: Evy Skov

Styrke og balance med store bolde

Har du mod på og lyst til at få styrket din balance og få trænet kroppen på en anderledes måde? Så kom og træn med os.

Tid: Fredag kl. 8.30 – 9.30

Sted: Aktivitetscentret

Vejleder: Karen Marie Schiermer

Søndags Café

Med sang og musik og måske en lille svingom. Alle er velkomne.

Tid: Søndag kl. 14 – 16

Sted: Aktivitetscentret

Kontaktperson: Jørgen Andersen

Pris: 50 kr. for underholdning, kaffe og kage.

Dato: 2026: 20/9, 18/10, 15/11

2027: 21/2, 14/3, 18/4

Arrangementer og tilbud

Suppeaften

Kom og nyd dejlig hjemmelavet suppe med brød og en kop kaffe/the.

Tid: Mandag kl. 17.30

Sted: Aktivitetscentret

Kontaktperson: Aktivitetsmedarb.

Pris: 100 kr.

Dato: 2026: 28/9, 26/10, 30/11

2027: 25/1, 22/2, 22/3

Tilmelding til aktiviteten

Julemarked

Besøg vores hyggelige julemarked lørdag d. 21. november kl. 13-16. Der er salg fra boder med julepynt, dekorationer, kranse og ting til julegaver.

Vi har Amerikansk Lotteri og Tom-bola med mange fine gevinster, der er sponsoreret af omegnens forretningsdrivende. Kaffe/klejner/gløgg/æbleskiver kan købes. Det hele foregår i Aktivitetscenteret.

Egnsarkivet vil også være til stede.

Kom og hyg sammen med os.

Kære alle med interesse for glaskunst

Det er med stor fornøjelse, at vi kan løfte sløret for, at glaskunst bliver en del af aktivitetsprogrammet på Gedvedhus.

Vi har allerede med glæde og taknemmelighed modtaget en meget stor bevilling fra Nordjyllandsfonden og er godt på vej.

Vi mangler dog lidt flere økonomiske midler, før vi er helt i mål.

Vi håber meget, at vi kan starte glaskunst allerede i efteråret 2026.

Kunne det være noget for dig, så giv besked til aktivitetsmedarbejderen på Gedvedhus. Du bliver kontaktet, så snart vi er klar til at starte op. Jeg glæder mig rigtig meget til at komme i gang.

De bedste hilsner

Diana Gosvig Frivillig i glaskunst

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

Frivillig

Har du lyst til at være frivillig på centret?

På Gedvedhus har vi over 50 frivillige, der hver dag hjælper med mange forskellige opgaver. Det kan være som vejleder på et hold eller opgaver i forbindelse med afvikling af arrangementer.

De frivillige deler ud af deres tid, viden og omsorg – og er derved med til at give sig selv og andre mange gode oplevelser. Den frivillige indsats er helt afgørende for Gedvedhus og den atmosfære, vi har skabt her.

Er du nysgerrig efter, hvad det vil sige at være frivillig på centret og bringe netop dine evner og ideer i spil? Måske har du en interesse, som du har lyst til at dele med andre, eller vil du hjælpe til med at løse praktiske opgaver.

Kontakt venligst aktivitetsmedarbejderen på tlf. eller mail.

Kontaktoplysninger står bagerst på denne brochure.



Aktivitetsmedarbejder

Joan Stork

Tlf: 30527181

Mail: joess@horsens.dk

Gedvedhus

Kirkevej 5

8751 Gedved