

150

Seniorhuset Otterup

Søndergade 4

5450 Otterup

Tlf. 64 82 85 45



E-mail: aktiv@nordfynskommune.dk

Hjemmeside: nordfynsseniorhuse.dk

Aktivitetshus for alle over 60 år
samt førtidspensionister

Nr. 1

2021

Indholdsfortegnelse

- 3 Nyt fra formanden, Flemming Radoor
- 4 Brugerrådets sammensætning 2019/21
- 5 Personale
- 6 Det nye seniorhus
- 7 Til Seniorhusenes brugere
- 8 Seniorshoppen og Tarteletdag
- 9 Nyt betalingssystem
- 10 Åbent hus
- 11 Generalforsamling
- 12 Holdspil
- 13 Julehygge
- 14 Født i Horsens Tugthus—foredrag
- 15 Heldagstur til Horsens Statsfængsel
- 16-17 Faste aktiviteter i Seniorhuset
- 18 NYT—Særlig fredag
- 19 Særlig fredag: Oktober og November
- 20 Særlig fredag: November og December
- 21 Yoga for alle
- 22 Sved på panden,
- 23 Herre Motion og Selvtræning på 1. sal
- 24 Bogudlån og Betalingskort til kaffe m.m.
- 25 Ny kaffeordning
- 27 Brugerrådet, åbningstider, deltagerbetaling
- 28 Retningslinjer ved tilmelding
- 29 Juletur til Tarup Center
- 30 Ny ansat
- 31 Nye vejledere søges
- 32 Arrangementer efteråret 2021

Nyt fra Brugerrådsformanden



Seniorhuset Otterup

er for seniorer 60+ og førtidspensionister

Siden marts 2020 har Seniorhuset Otterup kun været åbent i meget begrænset omfang på grund af corona-pandemien. Men nu er vi klar igen med mange aktiviteter og arrangementer.

To væsentlige forhold har præget den periode, hvor Seniorhuset har været lukket. Kommunen og Brugerrådet har arbejdet med at få lagt planer for bygning af et nyt seniorhus. Hvor og hvornår det ny hus er klar, vides ikke endnu, men kommunen har fremlagt de første skitser, så processen går fremad. Brugerrådet er glad for, at det ny hus placeres i centrum af byen tæt på brugernes boliger.

Det andet er en ny betalingsmodel, og nu koster det 495 kr. pr. halvår, og for de penge kan du/I komme i Seniorhuset Otterup og Mødestedet Søndersø, så meget som I har lyst til. Vi håber, at denne model vil være med til, at endnu flere vil bruge Seniorhuset.

På gensyn i Seniorhuset, som er et fundament for aktiviteter og for godt socialt samvær for seniorer i Otterup.

Flemming Radoor

*Seniorhuset
Otterup*

Brugerrådet Seniorhuset Otterup



Formand
Flemming Radoor



Næstformand
Minna Strange



Bente Andersen



Kasserer
Eva Hansen



Kirsten Rasmussen



Seniorrådet
Carsten Eberhard

Personale

Seniorhuset Otterup



Mette Jeppesen,
Frivilligkoordinator i Senior-
huset Otterup, Motion, Admi-
nistration



Tina Thygesen,
Frivilligkoordinator i Senior-
huset Mødestedet, Motion,
Administration



Gurli Rasmussen,
Materialeansvarlig,
Kreative aktiviteter



Inge-Lise Brønserud
Teamleder



Lene Gaba
Motion

Det nye Seniorhus

Brugerrådet arbejder sammen med kommunen på, at der skal etableres et nyt og mere tidssvarende seniorhus. Det hus, vi er i nu, er blevet slidt og trænger til en gennemgribende renovering, og så er det stadig ikke velegnet til seniorer.

Der har været borgermøde i hallen med interesserede i Seniorhuset, og der blev drøftet forskellige forslag:

1. bygge til det eksisterende bibliotek i gavlen mod parken i to etager
2. byg helt nyt i 3 etager på torvet (den gamle Faktagrund), hvor der skal være bibliotek og borgerservice i den ene etage, Seniorhus i den anden etage og lejligheder på toppen.

Sidst, men ikke mindst, foreslår Brugerrådet, at Seniorhuset kan flytte over i biblioteket, og så kan bibliotek og borgerservice flyttes til en ny bygning på torvet.

Hen over efteråret forventer vi, at der bliver en afklaring med hensyn til budgettet for byggeriet, og hvor det nye Seniorhus skal ligge. Brugerrådet arbejder på at få den bedste løsning for brugerne, dvs. et seniorhus i 1-plan med rum til aktiviteter, fællesrum og plads til vores værksteder og aktiviteter, gymnastik, café m.m.

I kan trygt stole på, at brugerrådet taler jeres sag. Har I spørgsmål eller gode ideer, så henvend jer til brugerrådet. Så snart der er nyt i Seniorhus-sagen, vil vi slå det op på infotavlen, så hold øje der. Brugerrådets holdning er, at det skal ligge så tæt ved byparken og de grønne områder som muligt.

Venlig hilsen

Flemming Radoor.

Brugerrådsformand.

Til Seniorhusenes brugere

Velkommen til efterårssæsonen 2021. Det er skønt, at vi nu kan se frem til, at de fleste i Danmark vil være coronavaccinerede, og vi forhåbentlig kan lægge pandemien bag os og få et mere almindeligt liv med socialt samvær tilbage. Det trænger de fleste vist til!

Det er fortsat vigtigt, at vi bliver hjemme, hvis vi er syge og holder retningslinjerne, som vi efterhånden kender så godt!

Vi har gang i mange motionshold og har en masse andre aktiviteter, vi også skal have gang i på ny og måske kommer der nye til. Det er vores ønske, at seniorhusene skal danne rammen om en bred vifte af aktiviteter for seniorer og førtidspensionister. Seniorhusene skal blive kendt som inspirerende mødesteder, hvor alle er velkomne, og hvor man kan få hjælp til at sætte en ny aktivitet i gang, hvis man har en idé, man gerne vil dele med andre. Derved bliver aktiviteterne også bredere – så der er noget både for de traditionsbundne og for dem, der gerne vil sprælle lidt mere.

Vi starter sæsonen med en ny betalingsordning, som bliver billigere for de fleste brugere, og som samtidig forenkler overblik og administration. Se opslag for yderligere information. Er der nogen, der har brug for hjælp til tilmeldingen, vil I kunne få hjælp i husene. Se opslag herom.

I Otterup arbejdes der mod et nyt Seniorhus – en spændende proces, vi endnu ikke ved hvor ender...

Rigtig god fornøjelse med aktiviteterne!

Med venlig hilsen

Inge-Lise Brønserud

Teamleder, Aktivitetsområdet

Nyt tøj og Tartelettdag

Mandag d. 23/8 kl. 10.30

Kommer seniorshoppen på besøg og viser hvad hun har af spændende tøj til alle aldre og prisvenlige priser.



Tartelettdag

Starter kl. **11.00 til kl. 13.30** og kan købes til **25 kr.** for 3 tarteletter, derudover kan der købes drikkeelse.



Tilmelding på skærmen senest d. 16/8 2021 for at beregne antallet af tarteletter.

Orientering om nyt betalingsystem

Efter forslag fra Seniorhusenes Brugerråd har Social og Sundhedsudvalget besluttet at ændre på betalingsformen for brug af Seniorhusene. For at benytte husene, skal man være medlem, hvilket giver mulighed for at bruge begge Seniorhuse. Det koster fremover 990 kr. om året at være medlem, og betalingen fremover bliver opkrævet forud i 2 rater af 495 kr. til betaling 31. januar og 31. juli. (Den hidtidige pris har været 115 kr. om måneden, dvs. 1380 kr. om året.).

Alle I, der er tilmeldt Seniorhusene, får stoppet Jeres månedlige betalinger fra juli 2021 og frem. Det er derfor meddelt pensionskontoret, at de ikke skal trække nogen over pensionen længere med virkning fra juli måned. Den nye betalingsmodel træder således i kraft fra 2. halvår af 2021. Alle vil fremover skulle til- og framelde sig Seniorhusene via det link, som I vil få tilsendt i E-boks eller med alm post. Linket vil virke fra den 1.8.2021

I forbindelse med din tilmelding skal du tilknytte et betalingskort til Seniorhuset, og du vil herefter blive trukket for deltagelse, indtil du vælger at udmelde dig. Man kan melde sig ud, når som helst, forud indbetalte beløb tilbagebetales ikke.

OPSTARTSTILBUD:

Medlemmer, der er hurtige til at tilmelde sig det nye betalingsystem, kan ved overgangen til det nye betalingsystem spare 100 kr. ved at betale inden 26.8.2021 dvs. taksten er så 395 kr. for dette halvår. Betales efter den 26.8.2021 er taksten 495 kr.

Med venlig hilsen

Inge-Lise Brønserud
Teamleder Aktivitetsområdet
ibr@nordfynskommune.dk
tlf. 40132077

Vi hjælper gerne med indmeldelse i det nye betalingssystem Winkas.

Vi vil få lavet en kort vejledning i, hvordan man gør. Den kan du få udleveret i Seniorhusene, eller se den på Seniorhusenes hjemmeside: nordfynsseniorhuse.dk

Har du derudover brug for hjælp til tilmeldingen, sidder der repræsentanter fra Brugerråd eller personale klar til at hjælpe mandag og torsdag eftermiddag i uge 33 og 34 (Det er den 16.8 og 19.8 og 23.8 og 26.8 21.) fra kl. 13.30-15.30. Og der er kaffe på kanden!



Seniorhuset Otterup slår dørene op for alle de spændende ting, der sker i Seniorhuset. Der vil være arbejdende værksteder, motionsaktiviteter og mulighed for at købe kaffe og kage, og desuden er der salg i forskellige boder

onsdag d. 1. september 2021

Kom fra kl. 10.00 til kl. 15.00

Tag naboen under armen, og kom op og se, hvad vi laver. Du kan få en snak med brugerne og personalet. Vi står klar til rundvisning.



Generalforsamling

Seniorhuset Otterup holder ifølge vedtægterne ordinær generalforsamling

onsdag d. 3. november kl. 14.00 i Kuplen.

Dagsorden ifølge vedtægterne.

Kom og hør, hvad der rører sig i Seniorhuset, og hvor langt vi er nået med brugerinddragelse.

Der vil være mulighed for at stille forslag til vedtægtsændringer. De skal dog være formanden i hænde senest 14 før generalforsamlingen.

Vi søger i år nye kræfter til Brugerrådet.

Brugerrådet vil være vært med kaffe og kage.

Tilmelding på infoskærmen



HOLDSPIL i Seniorhuset Otterup hver torsdag formiddag

Opstart:

Torsdag d. 9 september kl. 9.00-kl. 10.00 i den lille gymnastiksal i gården.

Holdspil som motionsform er for alle. Det er nemt at komme i gang med, og forskning viser, at det øger din sundhed.

Hvad er motionsholdspil??

Motionsholdspil kan spilles som floorball, keglebold eller lignende – også selvom du aldrig har prøvet det før.

Du er fysisk aktiv, du vil glemme tid og sted, og du er sammen med andre mennesker .

Tilmelding til personalet eller ring på 6482 8545.



Julehygge i Kuplen

Brugerrådet afholder julehygge i kuplen.

onsdag d. 15/12 kl. 14.00- kl. 16.00

Sammen synger vi julen ind, og måske bliver der også en julefortælling....

Der serveres selvfølgelig gløgg, æbleskiver og juleknaas..

Pris 50 kr.

Tilmelding og betaling til Seniorhuset senest d. 12.12



”Født i Horsens Tugthus”

Foredrag i Seniorhuset Otterup
Kom og hør et meget spændende foredrag med Niels Ole Frederiksen. Han er født i det nu nedlagte Horsens Tugthus, og der har han haft sin barndom og opvækst.



Niels Ole Frederiksen er født i en af anstaltens funktionærboliger og døbt i fængselskirken.

Foredraget er tirsdag den 12. oktober 2021 kl. 14.00 i Kuplen

Der vil blive serveret kaffe og kage.

Pris for medlemmer er 50 kr. (Brugerrådet dækker resten af udgifterne). For ikke-medlemmer er prisen 75 kr.



Sidste frist for tilmelding og betaling i Seniorhuset den 5. oktober 2021

Heldagstur til Horsens Stats- fængsel



I tråd med foredraget med Niels Ole Frederiksen, der fortæller om at blive født og vokse op i Horsens Tugthus, har vi planlagt en tur til Horsens Statsfængsel.

Kom med på en skøn udflugt til det midtjyske, hvor vi får en rundvisning og spiser middag i Statsfængslet

onsdag den. 27. oktober 2021

Afgang fra Seniorhuset Otterup kl. 8.30 og

forventet hjemkomst mellem kl. 16.00 og kl. 17.00

Pris 450 kr. og for ikke-medlemmer 500 kr.

Prisen er inkl. transport, rundvisning og middagsmad samt kaffe med småkager på hjemturen.

Bemærk: Der vil være gang på trapper, så for at deltage skal I kunne gå på trapper, evt. rollator kan bæres op, så det er ikke et problem med dem. Derfor er turen ikke velegnet for svært gangbesværede.

Faste aktiviteter i Seniorhuset i Otterup

	Mandag		Tirsdag	
	Formiddag	Eftermiddag	Formiddag	Eftermiddag
Klaverstuen				
Café	Håndarbejde/ Kaffe 9.30–11.30	Håndarbejde/ Kaffe 13.30–16.00	Håndarbejde/ Kaffe 9.30–11.30	Håndarb Kaff 13.30–1
Kuplen	Hata yoga 09.00–10.00	Seniorkor 14.00–16.00	Motion med Mette 9.00–10,00	Seniory 14,00-1
Motionsrum	Selvtræning 09.00–12.00	Selvtræning 13.00–15.00	Selvtræning 09.00–12.00	Selvtræ 13.00-1
Ud af huset	Herremotion 15.00–16.00 Bryggergården	Billard 13.00–16.00 Mejerigården		
Køkken 1. sal	Madlavning for mænd 9.00–13.00			
Blomsterstuen	Blomster- binding 9.30–12.00	Læsegruppe engelsk øvet 14.00–16.00		Engelsk f gynde 13.30-1
Den gule stue	Syning 9.00–12.00			Pergam 14.00-1
Træ-værksted	Trædrejning 9.00–11.30			
Mellemstuen			Papirflet 9.30–11.30	Den lille 13.30–1
Datastuen		Edb v.Laila 14.00–16.00	Slægtsforskning Mangler under- viser 9.30–11.30	Edt V. Jes 14.00-1

Efteråret 2021

	Onsdag		Torsdag	
Formiddag	Formiddag	Eftermiddag	Formiddag	Eftermiddag
	Skind og håndarbejde 9.00-11.30		Mødes til gåtur 9.00	
Arbejde/ Kaffe 13.30-16.00	Håndarbejde/ Kaffe 9.30-11.30	Læsekreds 13.30-16.30	Håndarbejde/ Kaffe 9.30-11.30	Kortspil 14.00-16.30
Senior yoga 10.00-15.00	Stolemotion 9.15-10.15 Sjov motion 10.30-11.30	Orkester 13.00-17.00	Sved på panden Kl. 9.00-10.00 og 10.30-11.30	
Træning 10.00-15.00	Selvtræning 09.00-12.00	Selvtræning 13.00-15.00	Selvtræning 09.00-12.00	Selvtræning 13.00-15.00
			Billard 9.00-11.30 Mejerigården	
Isk for be- ynderne 13.30-16.30		Maling 13.30-16.00		
gamano 10.00-16.00		Syning 19.00-22.00		
			Trædrejning 9.00-11.30	
lille butik 13.30-16.30		Håndarbejde, spil og snak 14.00-16.30		Kortspil 14.00-16.30
Edb Jesper 10.00-16.00	Edb v. Anne 12.00-14.00	Åbent edb v. Flemming 14.00-16.00	Edb v. Lilian & Car- sten 10.00-12.00	

NYT – **Fredag!** NYT –
 NYT – NYT –
 NYT – NYT –
 NYT -

Særlig fredag - Starter til oktober

Særlig fredag er et nyt tiltag i seniorhusene fra kl. 8.30 til kl. 12.30. Det er en fredag formiddag, hvor der sker lidt andet, end der plejer.

Det er en fredag, hvor du kan tage en ven eller veninde med, som kan se Seniorhuset og deltage på lige fod med jer medlemmer og se, hvad vi er for et sted med henblik på et fremtidigt medlemskab.

Særlig fredag kan indeholde mange forskellige ting -lige fra spisning, ture ud af huset, kreative aktiviteter osv. Jeg håber, at I i takt med, at vi får prøvet det af, får mange gode ideer til, hvad **særlig fredag** kunne indeholde i fremtiden.

Der vil være fredage, hvor vi vil spørge jer, om nogen kunne tænke sig at hjælpe et par timer med det praktiske på dagen.

Du kan også melde dig hos personalet og blive skrevet på en liste som hjælper til **særlig fredag**. Du binder dig ikke for noget, men du kan blive kontaktet og sige til eller fra, som det passer dig.

Vi håber, at I vil tage godt imod **særlig fredag** og vil bakke op om det.

Venlig hilsen

Mette Jeppesen
Frivilligkoordinator.

Særlig fredag: Oktober

Fredag d. 1/10 Brunch fredag: Tag din veninde eller ven med og kom i Seniorhuset til særlig fredag, hvor der (imod tilmelding) spises brunch, der bliver fortalt lidt om Seniorhuset, og der kan være en rundvisning for dem, der måtte have lyst. **Pris kommer senere**

Fredag d. 8/10 Efterårsbanko med amerikansk lotteri
Pris 5 kr. pr. plade.

Fredag d. 15/10 Besøg fra Magnetsmykker

Kom og se og prøv forskellige magnetsmykker. Magnetsmykker er gavnligt for meget, og måske kan de hjælpe dig. Der er rigtig mange, der har glæde af dem både til at få forøget energi, som smertestillende og meget mere.

Fredag d. 22/10 Løvfaldstur med kaffe og rundstykker. Vi lejer en bus og kører ud i det blå. Vi starter dagen med morgenkaffe og rundstykker, og så kører vi en dejlig tur, hvor vi nyder løvfaldet.
(Pris kommer senere)

Særlige fredag: November



Fredag d. 5/11 Brunch fredag: Tag din veninde eller ven med og kom i Seniorhuset til særlig fredag, hvor der (imod tilmelding) spises brunch og hygges. **Prisen kommer senere**

Særlige fredag: November (fortsat)

Fredag d. 12/11 Vinterbanko med amerikansk lotteri
pris 5 kr. pr. plade



Fredag d. 19/11 Besøg Nordfynsværkstedet. Vi starter med rundstykker og kaffe i Seniorhuset kl. 9.00 og går derefter fælles op til Nordfyns værkstedet. Vi ser på deres spændende sted, hvor nogen af deres brugere vil vise os rundt.
Pris 25 kr.



Fredag d. 26/11 Vi binder adventskranse og laver kalenderdekorationer. Vi mødes og går amok i gran og glimmer. Vi har hjemkøbt materialer til at binde på og af, og vi har lys, der kan bruges i dekorationerne. Vi har pynt og deslige til dekorationer. Det er også muligt at medbringe noget selv, hvis du har noget, du gerne vil have med. Pris: Materialeforbruget.

Særlig fredag: December

Fredag d. 3/12 Brunch fredag. Tag din veninde eller ven med og kom i Seniorhuset til særlig fredag, hvor der (imod tilmelding) spises brunch og hygges. (**Prisen kommer senere**)

Fredag d. 10/12 Fælles juleafslutning. Du kan bestille en juleplatte sammen med dit hold og købe drikke ved brugerrådet, og så sørger vi for, at du kommer til sidde sammen med dit hold til en fælles juleafslutning. **Prisen kommer senere**



Yoga for alle

Yoga er blevet meget oppe i tiden, og her i Seniorhuset er vi også med.

Vi har to yogahold hver uge, der er meget forskellige.

Der ene hold er **mandag kl. 9 til kl. 10**, hvor der dyrkes hatayoga, som er en traditionel yogaform, og hvor der benyttes måtter, og mange af øvelserne foregår på gulvet og stående.

På dette hold underviser Tina.

Det andet hold er **tirsdag kl. 14 til kl. 15**, hvor det er senioryoga. Her er det øvelser på en stol eller stående, der lægges vægt på. Så vi kommer altså ikke ned på gulvet ved senioryoga.

På dette hold underviser Mette.



Kontakt Seniorhuset Otterup for tilmelding—eller hvis holdet er fyldt, er der en venteliste, du kan blive skrevet på.

Sved på panden

Torsdag kl. 9.00 til kl. 10.00 og igen kl. 10.30 til kl. 11.30 og igen i Kulpelen, med efterfølgende kaffe

Er holdet for dig, der er i fuld vigør. Holdet, hvor der er fuld fart over feltet, og hvor vi laver gymnastik både ude og inde, alt efter vejret, og holdet, hvor vi laver gymnastik nede på gulvet og stående. Du skal selv medbringe din træningsmåtte, og du kan tilkøbe en bold og elastik, som ofte bruges til træning..

Det er et hold, der er meget efterspurgt, så der kan være venteliste. Kontakt Seniorhuset, hvis du gerne vil på holdet.

Underviser på dette hold er Lene.



Herre Motion

Mandag kl. 15.00 til kl. 16.00 på Bryggergårdens træningsafdeling.

Holdet for dig, der gerne vil "mande dig op". Holdet er kun for herrer, og der laves en lille opvarmning, og derefter trænes der i forskellige motionsmaskiner.

Underviser på dette hold er frivillig Lis Lene Nielsen



Selvtræning på 1. sal

På 1. sal i Seniorhuset er der mulighed for at selvtræne i forskellige maskiner, det er muligt at få maskinerne fremvist af en medarbejder, men derefter er det selvtræning og uden underviser.

Træningssalen er åben fra mandag til torsdag fra kl. 9.00 til kl. 16.00. Hvis du ønsker at selvtræne, skal du henvende dig på kontoret, så finder vi sammen en tid til dig, hvor det kan passe.

Bogudlån

Som noget nyt har vi bøger til hjemlån!

Bogreolerne er placeret i gangen, hvor du kommer ind.

Du er også velkommen til at aflevere bøger, som du tror, andre kan have glæde af at læse.



Brug af betalingskort



X				
		X	X	X

Ved køb af enten kaffe eller 1 øl / 1 vand: sæt ét kryds

Ved køb af kaffe, 1øl / 1vand med tilbehør: sæt tre krydser

Værdi 5 kr. pr. kryds

Ny kaffeordning

Fra 1/6 2021 blev det besluttet, at kaffekassen overgår til brugerrådet i stedet for kommunen.

Der er i den forbindelse lavet nye priser på kaffe og brød. Det skyldes, at kaffen generelt er steget, og at tilbehøret til brødet skal være portionspakket af hygiejnehensyn. Derfor er det steget.

Det lille og beskedne overskud, det måtte give, går så til brugerrådet, der kan forsøde Seniorhuset brugere ved forskellige lejligheder.



Kort til kaffe / brød sælges til 50 eller 100 kr. pr kort.

Ved kaffe sættes 1 kryds og ved kaffe med brød sættes 3 krydser. 1 kryds har en værdi af 5 kr.

Kaffekort kan betales med sedler eller over MobilePay.



Brugerrådet

Brugerrådet består af syv medlemmer, som vælges blandt Seniorhusets brugere. Herudover deltager de 2 suppleanter (uden stemmeret), 1 repræsentant for Seniorrådet i Nordfyns Kommune, frivilligkoordinatoren og teamlederen fra Nordfyns Kommune.

Brugerrådet vælges ved generalforsamling i november.

På brugerrådsmøderne - hver måned - bliver alle indkomne emner behandlet.

Brugerrådet tilrettelægger sammen med personale og frivillige en bred vifte af arrangementer og aktiviteter.

Seniorhuset Otterup

- er stedet, hvor kommunens pensionister og efterlønnere mødes og hygger sig om fælles interesser.

- er stedet, man kommer for at lære nyt, for at udfolde sine kreative sider, for at motionere og ikke mindst for fællesskabet og samværrets skyld.

Du er altid velkommen til at kikke ind og se, om det er noget for dig - måske kan *du* bidrage med nye idéer.

Seniorhusets åbningstider

mandag-torsdag fra kl. 09.00-16.30 og fra 1. oktober fredag kl. 08.30-12.30.

Deltagerbetaling

Taksten for deltagelse er 990 kr. helårligt, som kan betales i 2 rater á 495 kr. til betaling 31. januar og 31. juli.

Trappelift

Der er installeret en trappelift, således at gangbesværede og kørestolsbrugere også kan deltage i aktiviteterne på 1. sal.

Kørsel

Kan man ikke befordre sig selv, er der mulighed for at få bevilget kørsel til Seniorhuset én gang ugentligt– men kun eftermiddag!.



Pris: 42 kr. retur



Nye idéer:

Vi bestræber os på at tilbyde en bred vifte af aktiviteter, så der er noget for enhver smag. Mangler du alligevel noget, så sig frem, måske kan vi sammen hjælpe det i gang.

Retningslinjer ved tilmelding til arrangementer i Seniorhuset Otterup

For at undgå misforståelser blandt brugere, personale og Brugerråd er der på Brugerrådsmødet udfærdiget retningslinjer for tilmelding til diverse arrangementer i Seniorhuset Otterup.

Der betales ved al tilmelding, med mindre andet er anført på gældende opslag til arrangementet. Der kan betales med kontanter eller med MobilePay.

Der tilbagebetales ikke penge for et arrangement efter sidste tilmeldingsfrist

Tilmelding af ægtefælle og/eller samlever, der IKKE er medlem af Seniorhuset Otterup, vil på alle arrangementer blive skrevet på venteliste, med mindre andet er anført på opslaget.

Ved fester og ferieturen kan ægtefæller, der ikke er medlem, tilmelde sig på lige fod med andre.

Cafeen:

Der vil være mulighed for at købe kaffe, brød og lidt drikkeelse i Seniorhuset cafe. Det henstilles, at man køber et kaffekort (værdikort) som kan bruges som betaling, da det er blevet svært at komme af med mønter for kaffen.

Alle kan købe kaffekort (10 klip 50 kr. /20 klip 100 kr.)



Juletur til Tarup Centret.

Ingen jul uden Tarup Centret

Du har mulighed for at tage med Seniorhuset Otterup til Tarupcentret og gå på julehandel.

Der vil også være rig lejlighed for at sidde og få lidt godt til gaven, hvis man bliver træt i benene og gerne vil hygge lidt på cafeen.

Tirsdag d. 7. december kl. ca. 10.00

Pris 100 kr.

Min. 15 personer for at turen gennemføres.

Tilmelding og betaling senest d.1/12 til Seniorhuset Otterup.



Ny ansat



Jeg hedder Lene Gaba og blev ansat i maj måned, som aktivitetsmedarbejder i Seniorhuset Otterup og på Mødestedet Søndersø.

Jeg er uddannet pædagog med krop og bevægelse som speciale. Jeg har gennem de seneste 20 år undervist voksne i

motion. I årenes løb har jeg løbende videreuddannet mig til idrætsinstruktør/massør og deltaget på mange kurser med relation til idræt og motion. Som supplement til dette har jeg haft job som hjemmevejleder hos mennesker med Sclerose eller Als.

I skal have mange tak for den gode modtagelse, jeg har fået. Jeg er meget glad for min nye hverdag her på Nordfyn og glæder mig hver morgen, når jeg sidder i bilen på vej fra Odense.

Jeg ser frem til mange gode timer sammen med både medlemmer og ansatte i Otterup og Søndersø.

Kærlig hilsen Lene



Frivillige hænder og hoveder til aktiviteter i Seniorhuset Otterup...

Har **du** lyst til at være **Frivillig vejleder** hører vi meget gerne fra dig.

Vi kan ikke tilbyde løn, men hyggeligt samvær med andre og en god kop kaffe.

Har du en interesse i,

- noget, du er god til,
 - noget, du har erfaring med
 - og lyst til at dele med andre
- så bliv en del af det frivillige team.

Eller - har du lyst til at give en hånd med ved de mange praktiske opgaver, så sig blot til, der er også brug for dig.

Du er meget velkommen!

Ring eller kig ind

Sundhedscafé

Sundhedscafe-udvalget arrangerer sundhedscafeer syv-otte gange om året. Disse afholdes som regel den sidste fredag i måneden.

Sammen med indbudte oplægsholdere tager vi relevante emner op i forhold til seniorers sundhed.

Undervejs er der kaffe og dialog om dagens tema.

Egenbetaling for kaffe med brød er 20 kr.

Planlagte sundhedscafeer:

Er undervejs—hold øje med opslag.

Kommende arrangementer efteråret 2021

August:

Hele august frem til d. 26/8 hjælp til tilmelding i Seniorhuset fra 9-16

Onsdag 18/8 Banko

Mandag 23/8 Seniorshoppen og tarteletdag

September:

Onsdag 1/9 Åbent hus

Onsdag 15/9 Halvdagsudflugt til tidens samling

Onsdag 22/9 Banko

Tirsdag 28/9 Syng sammen med Line

Oktober:

Fredag 1/10 Særlig fredag—Brunch

Fredag 8/10 Særlig fredag—Efterårsbanko

Tirsdag 12/10 Foredrag: Født i Horsens tugthus

Fredag 15/10 Særlig fredag—Besøg fra Magnetsmykker

Fredag 22/10 Særlig fredag—Løvfaldstur

Onsdag 27/10 Haldagstur til Horsens Statsfængsel

November:

Onsdag 3/11 Generalforsamling

Fredag 5/11 Særlig fredag—Brunch

Fredag 12/11 Særlig fredag—Vinterbanko

Tirsdag 16/11 Syng sammen med Line

Fredag 19/11 Særlig fredag—Vi besøger Nordfynsværkstedet

Fredag 26/11 Særlig fredag—Vi binder adventskranse og laver dekorationer

December:

Fredag 3/12 Særlig fredag—Brunch

Tirsdag 7/12 Juletur til Tarupcenteret

Onsdag 8/12 Julebanko

Fredag 10/12 Særlig fredag—Fælles juleafslutning for hold

Onsdag 15/12 Julehygge i Kuplen