

NORDFYNS SENIORHUSE

MØDESTEDET

MANGE
AKTIVITETER
OG HOLD

TURE
OG SOCIALE
ARRANGEMENTER

TRÆNING
OG MOTION

AKTIVITETSPROGRAM 2025/2026

SEPTEMBER-FEBRUAR

TLF NR.
20 70 50 90



INDUSTRIVEJ 2
5471 SØNDERSØ

Indholdsfortegnelse

Side 3-5	Brugerrådet
Side 6-7	Motionsplan og personale
Side 8-9	Tanja, Seniorhusenes værdier
Side 10-11	Hvad er Mødestedet?
Side 12	BOWLS
Side 13	Mad og mænd
Side 14-20	Motionshold
Side 21-25	Kreative værksteder
Side 26-27	Faste aktiviteter
Side 28	Fællesspisninger
Side 29	Piratbridge
Side 30	IT undervisning
Side 31	Blomsterbinding
Side 32-33	Træværkstedet
Side 34-35	Malerhold
Side 36-51	Beskrivelse af forskellige arrangementer
Side 52	Kommende arrangementer

Nyt fra Brugerrådsformanden.

Kære brugere, nu er vi kommet ind i sensommeren/efteråret 2025, og Brugerrådet byder jer velkommen.

Det har igen været et godt forår; vi har fået nogle nye medlemmer, som vi byder velkommen.

Vi har haft nogle gode arrangementer, og vores motionshold er der også godt gang i.

Vores fællesspisninger én gang om måneden er en stor succes.

Vores planlægning for det næste halve år er på plads; der er bl.a. arrangeret en juletur, så hold endelig øje med opslagene på tavlen, hvad der sker i og ud af huset.

Der er stadig plads til nye medlemmer, så tag naboen eller andre du kender med til en fremvisning af vores dejlige hus. Vi har meget at byde på.

Med venlig hilsen

Poul Erik Petersen
Formand for Brugerrådet tlf. 22792147



Brugerrådet

Brugerrådet består af seks medlemmer, som er valgt af husets brugere. Derudover deltager suppleanterne og en repræsentant fra Seniorrådet i alle møder.

Rådet vælges ved generalforsamlingen i november.

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

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

Referat fra brugermøder opsættes på opslagstavle og kan desuden læses på Mødestedets INFOskærm og hjemmeside

<http://nordfynsseniorhuse.dk/cms/>

Mødestedets åbningstider:

Man-tors : 8:30-16:30

Fredag : 8:00-13:00

Brugerrådet valgt i november 2024



Poul Erik Petersen
Formand



Flemming Mathiesen
Næstformand



Hanne Iversen
Kasserer



Gurli Hansen



Jørgen Nygaard



Jette Johansen



Jette Christiansen
Suppleant



Ruth Kirkegård
Suppleant



John Harfeld
Seniorrådet

Motionshold på Mødestedet

Mandag: kl. 09:00 - 10:00 Senioryoga

kl. 14:00 - 16:00 Bowls

Tirsdag: kl. 09:00 - 10:00 Stolegymnastik

kl. 11:00 - 12:00 Stolegymnastik

kl. 13:30 - 14:30 Stolegymnastik

Onsdag: kl. 09:00 - 10:00 Stram op 1

kl. 10:30 - 11:30 Stram op 2

kl. 13:30 - 16:00 Stolemotion & spil

Torsdag: kl. 09:00 - 10:00 Yoga

kl. 10:30 - 11:30 Herremotion

kl. 14:00 - 16:00 Seniordans



Seniorhusenes personale



Mette Jeppesen
Frivilligkoordinator
Yogainstruktør



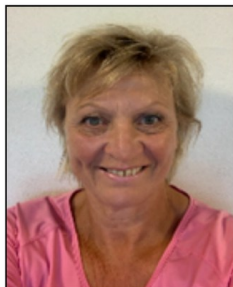
Tanja Andersen
Teamleder
Faglig koordinator



Tina Thygesen
Frivilligkoordinator
Yogainstruktør



Gurli Rasmussen
Aktivitetsmedarbejder



Lene Gaba
Gymnastikinstruktør
Aktivitetsmedarbejder



Sabine Lund Neesgaard
På barsel t.o.m. nov.
Aktivitetsmedarbejder



Annedorte Pedersen
Aktivitetsmedarbejder



Jon Thrane
Instruktør
Aktivitetsmedarbejder

Seniorhusene efterår 2025

Vores frivilligkoordinatorer har i efteråret 24 og foråret 25 været på frivilligkoordinator-uddannelse. De er blevet klogere på frivilligkoordinering som enestående faglighed. Som et led i deres uddannelse har de udviklet en folder til nye og nuværende frivillige med overskriften Frivillig - En del af fællesskabet. I den forbindelse har de lavet en **firkløver** med Seniorhusenes værdisæt nemlig at:

- **Øge livskvalitet**
- **Forebygge ensomhed via socialt samvær og netværksdannelse**
- **Styrke handlekompetencer**
- **Styrke og vedligeholde færdigheder**

Du har måske allerede set den hænge i husene. Vi vil nemlig gerne sprede budskabet om, hvad vi står for. "Her skaber vi **fællesskab, tryghed og livskvalitet**", og det er noget vi ALLE – frivillige, medarbejdere, Brugerråd og alle medlemmer er med til at skabe.

De har ud over den nye folder også lavet materiale til intro af nye frivillige, så alle kommer godt i gang. Deres plan er, at de over den næste tid kommer rundt på holdene. Grunden til dette er, at de frivillige fremover vil blive tilbudt en frivillig trivsels-samtale og deltagelse på holdene for at forberede sig bedst muligt til trivselssamtalen. Så byd dem indenfor og vis dem, hvad I kan på jeres hold.

Tanja Andersen - Områdeleder forebyggelse og civilsamfund

SENIORHUSENES VÆRDIER



Mødestedet er et tilbud til dig, der er fyldt 60 år eller førtidspensionist.

På Mødestedet kan du bl.a. deltage i:

- Kulturelle arrangementer/udflugter/foredrag
- Træning, motion og dans
- Træ- og metalarbejde på værkstedet
- Patchwork og andre håndarbejdsaktiviteter
- Malerværksted
- Glaskunst og porcelænsmaling
- Madhold
- Bankospil, kortspil, rafling, dart og billard
- IT-undervisning

Du kan blive medlem af Mødestedet ved at kontakte os på tlf. 20705090 eller kigge ind til os for en snak på Industrivej 2, 5471 Søndersø. Eller på hjemmesiden:

<http://nordfynsseniorhuse.dk/cms/>

Pris for medlemskab: 548 kr. pr. halve år

Trækkes 31/1 og 31/7

Fællesarrangementer:

Der arrangeres forskellige fester, udflugter, underholdning og sundhedscaféer året igennem. Disse arrangementer er for alle og annonceres på Mødestedets infoskærm og hjemmeside <http://nordfynsseniorhuse.dk>

Vi starter gerne nye aktiviteter op, så hvis du har en god idé, hjælper vi dig gerne i gang 😊

Retningslinjer ved tilmelding til arrangementer:

Man tilmelder sig altid på Infoskærmen og betaler ved tilmelding.

I tilfælde af afbud efter sidste tilmeldingsfrist, tilbagebetales der ikke.

Kaffe: Alle kan købe kaffekort (20 klip til kun 120 kr.)



BOWLS er en blanding af
curling og petanque

Det er et socialt og taktisk spil for
seniorer. Vi har det sjovt og får
samtidig god motion 😊

**Vi spiller på Mødestedet hver
mandag kl. 14-16**





MAD OG MÆND



Vi laver mad, som vi kan li', ikke det der fine, der tager tid. Ikke det der fra bunden, som keder os, men det som gør, at vi får et dejligt måltid sammen, som vi selv har lavet, med hygge og humor som ingrediens.

Så har du lyst til at lære, hvordan man begår sig i køkkenet, så meld dig til. Pludselig bliver der en plads.

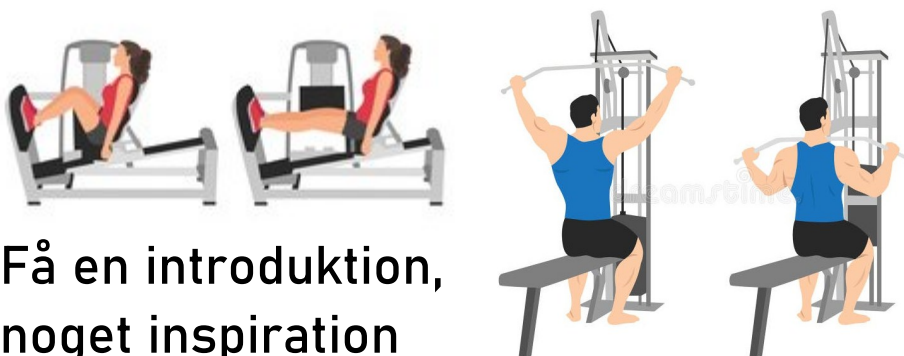
Tirsdag kl. 9:00-13:00 v/ Jørgen Larsen

Onsdag kl. 9:00-13:00 v/ Jørgen Larsen

Torsdag kl. 9.00-13.00 v/ Carsten Hansen

Selvtræning på Mødestedet

Ønsker du at gøre noget godt for dig selv,
og selv tilrettelægge din egen træning,
samt få mere fysisk og mentalt overskud?



Få en introduktion,
noget inspiration
eller vejledning til din selvtræning hos
personalet.



Selvtræning er muligt:

- Mandag-torsdag kl. 8.30-16.30
- Fredag kl. 8.00-13.00

Effektiv træning med Stolemotion på MØDESTEDET

Tirsdage kl 9-10, 11-12 eller 13.30-14.30.

Stolemotion er for dig, der gerne vil holde din krop i god form, styrke dine muskler og bevægelighed samt øve din balance - på en skånsom og effektiv måde.

Vi træner til god musik og bruger af og til forskellige slags redskaber. Det kan være håndvægte, bolde og elastikker o.a. Alle øvelser kan udføres med eller uden redskaber - siddende eller stående ved siden af stolen.

Vi afslutter træningen med udstrækning og afspænding. Desuden er der altid mulighed for, at drikke en kop kaffe sammen med træningskammeraterne bagefter.

Kærlig hilsen Lene





STRAM OP



Hver onsdag kl. 9.00-10.00 og kl. 10.30-11.30

Trænger du til at få pulsen op og styrket dine muskler, så er dette hold noget for dig!

Vi laver træning til hele kroppen, og man er garanteret sved på panden, god musik og et smil på læben 😊



Træningen varierer fra gang til gang, men altid med samme fokus:

at holde sig stærk og i form

En masse redskaber kommer i spil som fx bolde, elastikker, håndvægte og balancepuder.

Vi laver både liggende og stående øvelser, og træningen kan tilpasses dit niveau.



Efter træningen er der tid til en kop kaffe og en god snak



Herreholdet

Kun for mænd



Hver torsdag kl. 10.30-11.30

Herreholdet er for dig, hvis du ønsker at styrke hele kroppen samt holde dig i form

Træningen har fokus på at få pulsen op, øge styrken og samtidig have det sjovt! 😊

Det er varierende træning, hvor vi træner med forskellige redskaber som fx håndvægte, elastikker, bolde og meget andet.



Der vil ind i mellem være liggende træning, men det er ikke et krav for at kunne være med!

Du får pulsen op, sved på panden og styrket dine muskler

På holdet er der masser af god energi og et hyggeligt fællesskab. Efter træningen er der 3. halvleg med kaffe og snak

Seniordans

v/Jette Johansen



I Seniordans har vi valgt at se stort på, hvordan man traditionelt danser.

Vi har, så at sige, opfundet vore egne danse med udgangspunkt i kendte standard- eller folkedanse eller udviklet spændende nye danse særligt til seniordans.

Fælles for al seniordans er:

- at tempo og sværhedsgrad er tilpasset gruppen
- at partnerskift er indbygget i dansene
- at man ikke behøver komme parvis
- at alle kan være med, uanset alder og køn
- at musikken er glad, varieret og iørefaldende

Kom til en prøvetime og snak efterfølgende med instruktøren, om det er noget for dig!

Torsdage kl. 14-16

Yoga for alle

HATHA YOGA er en populær yoga form, med en god kombination af styrke og udstræk.

Vi bruger måtter, bæltter og yogablokke.

Torsdage kl. 9-10



SENIORYOGA er øvelser på en stol eller stående. Vi har fokus på styrkelse af hele kroppen gennem blide stræk og vejrtrækningsøvelser.

Her kommer vi ikke ned på gulvet 😊

Mandage kl. 9-10





Stolemotion og spil

Hver onsdag

kl. 13:30-16:00



Kom og vær med til en times træning, hvor vi får bevæget hele kroppen igennem.

Vi arbejder med håndvægte, elastikker, bolde og meget andet.

Vi kommer ikke ned på gulvet i denne time, og alle øvelser kan laves siddende.

Alle kan være med!

Efter træningen er der mulighed for en kop kaffe, fællessang, hyggelige snakke og spil med kort eller rafflebægere.



Strikke- og hæklecafé **v/ Jonna Sivertsen**

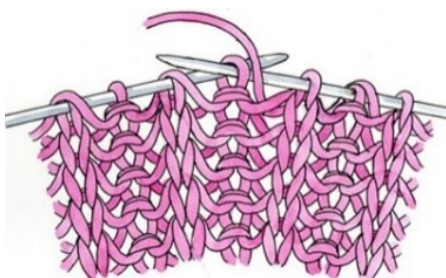


Mandag kl. 13.00-16.00

Kreativt og hyggeligt samlingspunkt for alle, der elsker at strikke og hækle, eller som gerne vil i gang 😊

Kom og nyd nogle hyggelige timer, hvor vi udveksler erfaringer/gode ideer og kan hjælpe hinanden med forskellige strikketeknikker.

Vi mødes hele året - også om sommeren.



Patchwork og snak

v/Lis Skytte



Tirsdag kl. 13:00-16:00

**Vi fremstiller puder, grydelapper,
julestjerner og meget andet – der sys
både i hånden og på maskine.**

**Det er også muligt at komme til en snak
eller tage sit strikketøj med 😊**



Porcelænsmaling

v/ Anni Hansen

Tirsdag kl. 9:30-12:45

Fredag kl. 9:30-13:00

Vi maler på porcelæn, hvor vi afprøver forskellige teknikker.



Glashold

v/Annedorte Pedersen

Torsdag kl. 9:30-12:45

Vi arbejder bl.a. med vinduesglas og glas fra knuste flasker.



Metalværkstedet

v/ Kim Iversen og
Flemming Mathiesen



På metalværkstedet kommer du med opgaverne.

Vi har den brede viden inden for metalfaget.

Bore, dreje, svejse, bukke jern, andre metaller og plast.

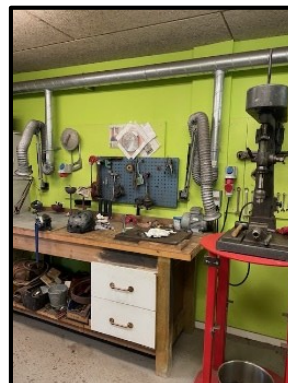
Råd og hjælp til reparationer.

Vi er begrænset pladsmæssigt, men kom med din opgave, så kigger vi på det.

HUSK, du skal selv lave tingene 😊

Mandag
Kl. 9:00-12:00

Tirsdag
Kl. 9.00-12.00



SMÅ SKRIDT

Et lille hyggeligt hold, hvor vi sammen laver sund mad.

Vi snakker om sund kost og sunde vaner.

Har du lyst, kan du blive vejet og målt, men det er ikke et must for at deltage.

Der er hver gang en egenbetaling på ca. 40-50 kr. for udgifter til råvarer.

Mandag kl. 10-13



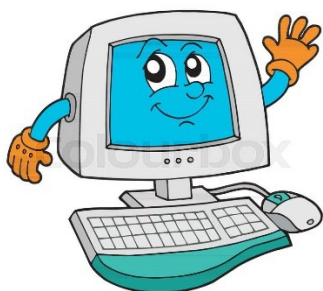
Faste aktiviteter på Mødestedet

	Mandag		Tirsdag	
	For-middag	Efter-middag	For-middag	Efter-middag
Café	<u>Senioryoga</u> 9:00-10:00	<u>Bowls</u> 13:00-16:00	<u>Stolemotion</u> 9:00-10:00 + 11:00-12:00	<u>Stolemotion</u> 13:30-14:30
Møderum			Kaffe Fra motion	
Køkken	<u>Små skridt</u> 10:00-13:00		<u>Madlavning for mænd</u> 9:00-13:00	
Motions rum	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning
IT lokale	<u>Slægts-forskning</u> 9:00-12:00			
Fin / Kreativ værksted		<u>Strik</u> 13:00-16:00		<u>Patchwork/ Håndarbejde</u> 13:00-16:00
Grov / Værksted			<u>Porcelæns-maling</u> 9:30-12:45	
Træ / Metal Værksted	<u>Metal- arbejde</u> 9:00-12:00	<u>Træarbejde/ drejning</u> 13:00-16:00	<u>Træarbejde/ drejning</u> 9:00-12:00	<u>Træarbejde/ drejning</u> 13:00-16:00

September 2025 - februar 2026

Onsdag		Torsdag		Fredag	
For-middag	Efter-middag	For-middag	Efter-middag	For-middag	Efter-middag
<u>Stram op</u> 9:00-10:00 + 10:30-11:30	<u>Stolemotion</u> + <u>Rafling og kortspil</u> 13:30-16:00	<u>Hatha yoga</u> 9:00-10:00 + <u>Herrehold</u> 10:30-11:30	<u>Seniordans</u> 14:00-16:00		
				<u>Engelsk undervisning</u> 9.00-12.15	
<u>Madlavning for mænd</u> 9:00-13:00		<u>Madlavning for mænd</u> 9:00-13:00			
Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning
<u>IT undervisning</u> 10:00-12:00	<u>IT undervisning</u> 13:00-15:00				
<u>Tegning og maling</u> 9:00-12:45				<u>Lige uger: Piratbridge</u> 10.00-13.00	
<u>Tegning og maling</u> 9:00-12:45	<u>Blomster binding</u> 13:00-16:00	<u>Glashold</u> 9:00-12:45		<u>Porcelæns-maling</u> 9:30-12:45	
<u>Træarbejde /drejning</u> 9:00-12:00	<u>Træarbejde /drejning</u> 13:00-16:00	<u>Træarbejde /drejning</u> 9:00-12:00	<u>Træarbejde/ drejning</u> 13:00-16:00	<u>Træarbejde/ drejning</u> 13:00-16:00	

IT-undervisning



v/ Kaja Rasmussen



Hver onsdag

(opstart 3. september)

Tidspunkter:

Hold 1: kl. 10:00-12:00

Hold 2: kl. 13:00-16:00

Alle er velkommen – uanset niveau

Tilmelding eller spørgsmål - kontakt kontoret





Er du vild med blomster og kreativitet?

Kom og vær med til blomsterbinding

Onsdag kl. 13:00-16:00

Vi arbejder med årstidens blomster og lærer forskellige teknikker til smukke buketter og dekorationer.

Alle kan være med – uanset erfaring

Tilmelding eller spørgsmål – kontakt kontoret



**v/ vejledere
Jonna og Anette**



Fællesspisning på Mødestedet

Kom og spis med os

Har du lyst til god mad, hyggeligt samvær og en snak over middagsbordet?



Sæt **X** i din kalender 😊

- Torsdag d. 18. september
- Torsdag d. 2. oktober
- Torsdag d. 13. november
- Torsdag d. 11. december
- Torsdag d. 12. februar 2026





PIRATBRIDGE

Lær at spille Piratbridge, et kortspil, som INTET har at gøre med bridge.

Der er ganske få regler

Vi har det sjovt og spiser tit lidt mad sammen efter spillet

Vi spiller hver 2. fredag i de lige uger kl.10:00-14:00

Kom og vær med ☺

Træværkstedet

Vi drejer bl.a. figurer i forskellige træsorter - med fokus på den efterfølgende slibning og polering, således at vi opnår flot højglans på de færdige ting.

Vi drejer i forskellige træsorter - skåle, figurer, småborde og meget andet.

Vi hjælper også gerne med andre træarbejder.

Flere hold hver dag - se dage og tider på planen på midtersiderne 😊



	Poul Busch Vejleder: Mandag eftermiddag
	Johannes Sjøgaard Vejleder: Tirsdag formiddag
	Ole Skytte Vejleder: Onsdag formiddag
	Uffe Laursen Vejleder: Tirsdag eftermiddag
	Hans Kelbøl Vejleder: Onsdag eftermiddag
	Henning Marcussen Vejleder: Torsdag formiddag

Malerholdet Mødestedet

"Jeg kan ikke male"- det hører jeg ofte, når jeg spørger om at deltage på malerholdet her i Søndersø. Ligesom med alt andet her i livet er der kun to ting, der afholder dig fra at deltage – nemlig "lyst og energi". Er de til stede, så kan alle male.



Hvis der er lyst og energi, er der kun tilbage den irriterende Jantelov – "jeg er ikke god nok". Den følelse har jeg ved gud selv haft adskillige gange, og den dukker sågar stadig op, hvis jeg ikke passer på. Der findes få mennesker, der tilsyneladende er født med et talent for at tegne og male - *glem dem*. Der er masser af verdenskendte kunstnere, der ikke har medfødt talent, men har lyst og energi til at øve sig i at male – ligesom dig selv.

Jeg er også uddannet kunstterapeut og er derfor bevidst om den fordybning i processen, det giver med at male. Og den lykkefølelse man får, når maleriet en gang i mellem lykkes.

Så kan hele verden komme med kritik, men det preller fuldstændig af, for du ved, at dit værk er godt, for det har du selv godkendt.

For deltagerne på malerholdet er jeg kun vejleder – jeg vil aldrig komme med kritik om det motiv, du har valgt, kun vejlede med faktuelle forbedringer. Igen som kunstterapeut ved jeg, at det man udfører altid er et personligt udtryk, som man bevidst eller ubevidst lægger følelser ind i. Det er jo derfor, det er så spændende at udføre tegning og maleri – man kan ikke undgå at fordybe sig i processen.

Deltagerne vælger selv deres motiver og vælger selv, om de skal udføres med akryl – akvarel – oliemaling – tegning.

For det meste arbejder alle individuelt, men efter ønske fra holdet har vi af og til en fællesopgave.

Velkommen på Mødestedets malerhold i

Søndersø

Hver onsdag fra kl. 9.00 til 12.45

Mødestedet har

10-års jubilæum og Åbent Hus

Det skal fejres ☺

**Kig ind til hjemmebagte pandekager,
lidt sødt og et glas bobler**



Mandag d. 1. sep. kl. 9:00-15:00

***Kom og mød Jane Yndgaard, formanden for
Social og sundhedsudvalget ca. kl. 10:30***

***Tag gerne naboen, familien eller en ven
under armen.***

Alle er velkomne ☺





Bogense Plast - Kør selv

De har en plastproduktion, sprøjtestøber og produktudvikler. De laver alt muligt efter kundens ønsker. Maskinerne er udstyret med avancerede robotter og pakkeautomater (pakning uden menneskehænder)

Tirsdag d. 16/9

Kl. 15.45: Vi mødes ved Mødestedet og fylder bilerne op

Kl. 16.00: Afgang mod Bogense Plast, Fynsvej 14 5400 Bogense

**Kl. 16.30: Velkomst v. Per Grunddal Jørgensen
Præsentation af Bogense Plast og kaffe**

Kl. 17.15 – 18.15: Rundvisning i værksteder

Tilmelding senest d. 5. september

Pris:

**25 kr. for medlemmer
75 kr. for ikke-medlemmer**



ABA Non Food d. 2.oktober



Kan du lide at bage eller lave mad, så er denne lille tur noget for dig.

Kom med på firmabesøg hos ABA Non Food
Industrivej 10, 5471 Søndersø, som ligger lige rundt
om hjørnet, så vi kan gå hen til dem.

De har alt, hvad hjertet begærer af bageudstyr,
køkkenudstyr m.m.

De har lovet, at vi får en eller anden form for rabat
ved køb.

Kl. 12.45 Vi går her fra Mødestedet

Kl. 13.00 Vi får en lille fortælling af Jesper Bou, der er
chef på stedet.

- Jesper giver en kop kaffe
- Der vil være mulighed for at købe ind.

Ca. Kl. 14.00 slutter det (Jesper har lovet, at der ikke
er nogle, der bliver smidt ud)

Pris: Det er helt gratis

Sidste frist for tilmelding d. 24. september





Efterårsfest på Mødestedet

Tag dine venner, naboer og familie under armen til et brag af en fest 😊

Fredag d. 10. okt. kl. 12:30-17

Musik: Oplev den altid oplagte Knud Skæg, som sørger for god underholdning 😊

Menu:

- Ananasring med hønsesalat
- Karbonader m. grøntsager og skysauce
- Æblekage
- Kaffe med sødt

Pris medlemmer: 300 kr.

Ikke medlemmer: 350 kr.

Sidste tilmelding tirsdag d. 30/9



Klatkager, portvin og fællessang

– en formiddag med sang og stemning

- Kom og smag hjemmelavede klatkager
- Ét glas portvin
- Fællessang



Fredag d. 24 oktober kl. 11-13

Sidste frist for tilmelding tirsdag d. 21/10

Pris:

Medlemmer: 75 kr.

Ikke-medlemmer: 125 kr.



En fængslende historie

Et spændende foredrag med Lis Vig

Fredag d. 7. november kl. 10 – 12



Lis Vig har været fængselsbetjent i 33 år.

***Hun vil fortælle om Kriminalforsorgen og sine
oplevelser med de indsatte.***

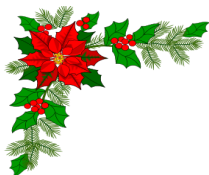
PRIS: 120 kr. for medlemmer

170 kr. for ikke medlemmer

Der serveres kaffe og kage i pausen

Sidste tilmelding onsdag d. 29. oktober





JULE-INDKØBS-TUR

Onsdag den 19. november. kl. 8.00 -18.00

**Jule- og indkøbstur til Sønderjylland og Tyskland.
Efter ca. 2 timers kørsel er vi fremme ved den**

Julesmykkede Krusmølle.

**Værten fortæller om stedet og vi bliver budt på
kaffe og æbleskiver, derefter er der tid til
oplevelser på egen hånd**

**Derfra kører vi til Holbøl Landbohjem, til deres
fantastiske julebuffet, inkl. 1 genstand**

**Derefter går turen over grænsen til Fleggaard, før
vi atter kører mod Søndersø.**

Pris: medlemmer: 450 kr.

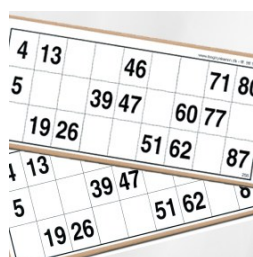
Ikke medlemmer: 500 kr.

Minimum 35 personer og maks. 50 personer

Tilmelding/betaling senest 11. november

HUSK PAS





på Mødestedet
kom og hyg med os!

Det er snart juletid, og vi varmer op med grin, gaver
og god stemning 😊

Fredag d. 21. nov. kl. 9:30-12:00

5 kroner pr. plade

Tilmeld dig på skærmen

Kun for medlemmer





Kom og lav din egen **juledekoration** på Mødestedet

Dygtige vejledere står
klar til at hjælpe dig 😊

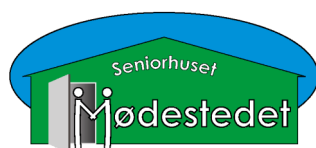


Onsdag d. 26 nov. Kl. 13-16

Gratis – medbring selv materialer

Vi sørger for god stemning, kaffe og
lidt sødt til ganen 😊

Tilmeld dig på skærmen





Mødestedets Brugerråd afholder Generalforsamling

Torsdag d.27/11 kl. 13:30- ca.16:30

**Forslag, der ønskes behandlet af
generalforsamlingen, skal afleveres til
formanden eller afleveres på kontoret
inden d. 13/11-25.**

**Efter generalforsamlingen er der kaffe
og kage ☺**



Tapas og spil



Fredag d. 5. december kl. 11 – ca. 14

**Ta' dit yndlingsspil med eller måske du
falder for et andet spil.**

**Pause med tapas og mulighed for at købe
øl, vand, vind og specialøl**

PRIS:

Medlemmer: 120 kr.

Ikke-medlemmer: 170 kr.

Sidste tilmelding torsdag d. 27.november





Præstebesøg

**Kom til en nærværende og
hyggelig formiddag med besøg af
vores lokale præster fra Søndersø**

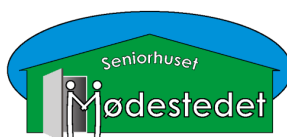
Fredag d. 12/12 kl. 10-12

**I pausen serveres kaffe og
friskbagt kløben**

Pris: medlemmer: 50 kr.

Ikke medlemmer: 100 kr.

Tilmelding på skærm senest d. 9/12



Fællessang med bobler og kransekage

Vær med til at hilse det nye år velkommen.

Fredag d. 9. januar



Vi har inviteret den dygtige organist Lars Nicolajsen til at styre slagets gang.

PRIS:

Medlemmer: 50 kr.

Ikke-medlemmer: 100 kr.

Tilmeding senest: Tirsdag d. 6. januar





Foredrag med sygeplejerske Irene Tørnæs

Fredag den 23. januar 2026 kl 10 – 12

Irene viser sine flotte billeder og fortæller om sine oplevelser med grønlandere på hospitalet i Ilulissat, hvor hun arbejdede.

Der vil være ”kaffemik” i pausen

Pris:

Medlemmer: 50 kr.

Ikke-medlemmer: 100 kr.

Seneste tilmelding torsdag d. 15. januar





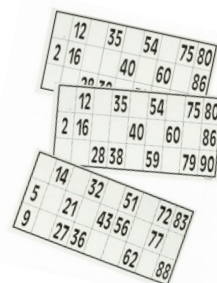
mandag d. 2. februar kl. 9-15

Kig ind på **Mødestedet Industrivej
2 og se hvad vi byder på af
kreative aktiviteter, motion og
spændende arrangementer 😊**

**Vores madhold bager friske
pandekager til alle 😊**

Tag gerne naboer og venner med





Det **STORE** Sponsor-**BANKO**

Kom og vær med til Banko på
Mødestedet med mange gode
gevinster 😊

Fredag d.6/2-26
kl. 9:30 - ca.13:00

75 kr. inkl. 6 plader, kaffe og brød

Tilmelding på skærm senest tirsdag d. 3/2

Kun for medlemmer!



Kommende arrangementer 2025

September

1/9	Åbent hus / 10 års Jubilæum
16/9	Kør selv tur til Bogense Plast
18/9	Spis sammen
26/9	Sundhedscafe

Oktober

2/10	ABA Nonfood
2/10	Spis-sammen
10/10	Efterårsfest
24/10	Klatkager
31/10	Sundhedscafe

November

7/11	En fængslende historie
13/11	Spis-sammen
19/11	Jule-indkøbstur
21/11	Julebanko
26/11	Juledekorationer
27/11	Generalforsamling

December

5/12	Tapas og spil
11/12	Julefrokost
12/12	Præstebesøg

Januar

9/1	Fællessang og bobler
23/1	Foredrag med sygeplejerske Irene Tørnæs

Februar

2/2	Åbent Hus
6/2	Sponsor-banko
12/2	Spis-sammen