


## Månedspan for maj 2024

Husk også at orientere dig om tiltag via opslagstavlen.

<p>Fredag d. 3/5 kl. 11:00</p>	<p><b>Filmklub</b> Dagens film er <i>Jeg er Dina</i> fra 2002, som er instruktør Ole Bornedals filmatisering af norske Herbjørg Wassmos roman <i>Dinas bog</i>. Pigen/kvinden Dina har tragiske begivenheder med i bagagen fra sin barndom, og hendes voldsomme og lidenskabelige personlighed gør ikke livet nemt for hende. Gratis, ingen tilmelding.</p>	
<p>Lørdag d. 4/5 kl. 11:00</p>	<p><b>Juanitas søndagscafé på en LØRDAG!</b> Pga. marathon og generel ufremkommelighed i byen søndag den 5/5, hygger vi i spisestuen om lørdagen i stedet. Husk madpakke. Gratis, ingen tilmelding.</p>	
<p>Mandag d. 6/5 kl. 13:00 – 15:00</p>	<p><b>Højskolesang med Nickie</b> Nickie spiller op til sang i spisestuen for centrets medlemmer. Der er kaffe/te og kage. Ingen tilmelding. Pris: 30 kr. betales på dagen.</p>	
<p>Onsdag d. 8/5 OG d. 22/5 kl. 10:00 – 11:30</p>	<p><b>Personlig træning v. FamFit</b> Kom og få en introduktion til fitnessmaskinerne i motionsrummet, eller få hjælp til en personlig træningsplan. Bemærk: Både 2. og 4. onsdag i måneden 😊 Ingen tilmelding. Kræver træningsmedlemskab.</p>	
<p>Onsdag d. 8/5 kl. 13:30 – 16:00</p>	<p><b>Banko</b> v. Dansk Folkehjælp i spisestuen. Ingen tilmelding. Der betales for kaffe/kage og spilleplader på dagen.</p>	
<p>Mandag d. 13/5 kl. 13:00 – 19:00</p>	<p><b>Aktive mænd</b> Vi hygger, spiller spil, snakker og laver mad sammen. Vi får kaffe og sødt i løbet af eftermiddagen, og senere laver vi varm aftensmad sammen. Tilmelding på medlemskontoret senest onsdag d. 8/5. Pris: 50 kr.</p>	
<p>Fredag d. 17/5 kl. 11:00</p>	<p><b>Filmklub</b> Vi fortsætter med endnu en nyklassiker, når vi denne fredag ser den engelske <i>Mit smukke vaskeri</i> fra 1985, instrueret af Stephen Frears. En ung Daniel Day-Lewis fik sit gennembrud i rollen som den ene af to unge mænd, som sammen driver et møntvaskeri, og hvis venskab udvikler sig til en kærlighedshistorie. Gratis, ingen tilmelding.</p>	
<p>Fredag d. 24/5 kl. 9:30 – 16:00</p>	<p><b>Udflugt til Malergården i Odsherred</b> Vi mødes i Griffenfeldsgade og kører med bus til Malergården i Odsherred, hvor Sigurd og Agnete Swane byggede et sted for både kunstnere og landfolk. Efter besøget spiser vi frokost på restaurant Nokken i Nykøbing S, inden vi kører hjem til Nørrebro igen. Tilmelding på medlemskontoret senest tirsdag d. 14/5. Pris: 385 kr.</p>	

<p>Fredag d. 31/5 kl. 10:30</p>	<p><b>Generalforsamling</b> Mød op og gør din indflydelse gældende! Hør formandens beretning, vær med til at vælge medlemmerne af bestyrelsen, og giv udtryk for dine ønsker for SeniorCentret. Efter mødet spiser vi sammen, hvor menuen er boller i karry. Deltagelse og spising er gratis, men med tilmelding på medlemskontoret senest tirsdag d. 28/5.</p>	
	<p><b>Det kan du bl.a. glæde dig til i de næste måneder</b></p>	
<p>Fredag d. 7/6</p>	<p><b>Besøg på Københavns Rådhus</b> Tag med ind og se byens smukke, rigt dekorede rådhus indefra! Vi får en udførlig rundvisning og slutter af med rådhuspandekager og en lille én. Mere info kommer senere. Pris: 185 kr.</p>	
<p>Onsdag d. 17/7</p>	<p><b>Udflugt til Andelslandsbyen Nyvang</b> Vi mødes i Griffenfeldsgade og kører med bus til Andelslandsbyen Nyvang, hvor vi får en god oplevelse med megen nostalgi. Vi spiser på stedet. OBS: Ny dato! Mere info kommer senere. Pris: 385 kr.</p>	
	<p><b>Udvalgte faste aktiviteter (se også opslagstavlen)</b></p>	
<p>Mandage kl. 10-12 og torsdage kl. 8-10</p>	<p><b>Bordtennis</b> Kom og vær med! Bordtennis er sjovt og giver masser af bevægelse. Vi spiller i Klærkesalen. Ingen tilmelding, bare mød op. Kræver kun almindeligt klubmedlemskab.</p>	
<p>Onsdage kl. 10-13</p>	<p><b>Patchwork</b> Hyg dig med at sy fine ting i patchwork. Har du ikke prøvet det før, er der hjælp at hente hos de garvede. Vi sidder i kreaværkstedet ved siden af blå stue. Ingen tilmelding, bare mød op. Kræver kun almindeligt klubmedlemskab.</p>	
<p>Torsdag d. 23/5</p>	<p><b>Papirværkstedet har åbent</b> Kom og fold fine æsker, lav smukke kort eller fold papirpynt. Hanne Enø hjælper dig på vej. Vi sidder i kreaværkstedet ved siden af blå stue. Ingen tilmelding, bare mød op. Kræver kun almindeligt klubmedlemskab.</p>	
<p>Torsdage kl. 12:30- 13:45</p>	<p><b>Kinesisk gymnastik – sidste chance!</b> Tilbuddet om kinesisk gymnastik om torsdagen her på centret ophører med udgangen af denne sæson, dvs. med udgangen af maj måned 2024. Der er således stadig nogle få chancer for at få en smagsprøve på, hvad denne type bevægelse går ud på. Tusind tak til Karin Foxvig for sin mangeårige indsats med at videregive sin viden til glæde for os andre !</p>	
	<p><b>Medlemskontoret</b> <b>Åbningstid: mandag-torsdag kl. 11-13</b></p>	<p><b>Telefonnummer</b> <b>30692420</b></p>