

Månedspan for april 2026



SENIORCENTRET
SCT. JOSEPH

Husk også at holde dig opdateret via opslagstavlen.

Onsdag d. 1/4 kl. 11:15	Påskeudflugt med spising Tilmeldingen er for længst lukket, men vi ønsker god tur til alle, der skal med på udflugten til Roskilde denne dag 😊	
Mandag d. 6/4 kl. 11:00	Juanitas søndagscafé – på en mandag! Selv om det er påske, slår Juanita dørene op til hygge på centret. Bemærk: Denne gang mødes vi mandag 2. påskedag! Husk madpakke. Gratis, ingen tilmelding.	
Onsdag d. 8/4 kl. 10:00 – 11:30	Personlig træning v. FamFit Kom og få en introduktion til fitnessmaskinerne, eller få hjælp til en personlig træningsplan. Ingen tilmelding. Kræver SeniorTræningsmedlemskab.	
Onsdag d. 8/4 kl. 13:30 – 16:30	Banko v. Dansk Folkehjælp i spisestuen. Ingen tilmelding. Der betales for kaffe/kage og spilleplader på dagen. Bemærk: Denne gang er det 2. onsdag i måneden!	
Fredag d. 10/4 kl. 12:30	Påskefrokost Kom til dejlig påskefrokost og hygge på centret. Hanne Enø organiserer maden, og så ved vi jo, at det bliver godt! (Meld dig gerne som hjælper hos Hanne 😊) Tilmelding på medlemskontoret senest onsdag d. 8/4 . Pris: 100 kr.	
Onsdage fra d. 15/4 + 5 uger frem kl. 9:30 – 12:30	Træning med Emilie Tilbud om både holdtræning og individuel træning i fitnessrummet med fysioterapeut Emilie. Der kommer opslag med tider og nærmere program. Hold er for alle, men kræver tilmelding på medlemskontoret. Individuel træning kræver SeniorTræningsmedlemskab.	

<p>Onsdag d. 22/4 kl. 11:00</p>	<p>Aktive mænd Vi skal på museum! Vi mødes kl. 11 ved Arbejdermuseet i Rømersgade 22 tæt på Nørreport. Her går vi ind og ser særudstillingen om Leif Sylvester samt de faste udstillinger. Bagefter spiser vi en god frokost ude i byen. Tilmelding på medlemskontoret nødvendig senest torsdag d. 16/4. Pris: 75 kr.</p>	
<p>Onsdag d. 22/4 kl. 13:00 – 15:00</p>	<p>Vi synger sammen Fællessang for seniorer fra Frederiksberg og Nørrebro med akkompagnement af operasanger Nickie Johansson. Nu kommer der for alvor gang i forårssangene! Ingen tilmelding, bare kom og syng med. Kaffe/kage: 30 kr.</p>	
<p>Fredag d. 24/4 kl. 11:00</p>	<p>Fællesmøde – Danmark spiser sammen Kom og hør, hvad der rør' sig i foreningen. Efter mødet spiser vi sammen – og i anledning af Danmark spiser sammen-ugen får vi gæster fra Teknisk Service i De Gamles By, som kommer og spiser sammen med os! Tilmelding på medlemskontoret senest torsdag d. 17/4. Pris: 30 kr. (Menuen annonceres senere.)</p>	
	<p>Det kan du bl.a. glæde dig til i den kommende tid</p>	
<p>Fredag d. 8/5</p>	<p>Oplevelsestur til Tiny Church – en "minikirke" i Nordhavn Hold øje med opslag for nærmere info.</p>	
<p>Fredag d. 12/6</p>	<p>Ud i det blå! Årets bustur til et hemmeligt sted står for døren. Hvor mon vi skal hen? Hold øje med opslagstavlen ang. opslag med annoncering af mødetid og pris.</p>	
	<p>Medlemskontoret Åbningstid: mandag-torsdag kl. 11-13 SeniorCentrets adresse: Hans Kirks Vej 6, 2200 København N</p>	<p>Telefonnummer 30692420</p>