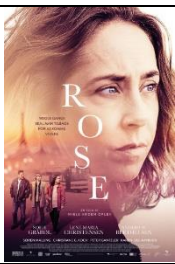


Månedspan for juni 2023

Husk også at orientere dig om tiltag via opslagstavlen.

Søndag d. 4/6 kl. 11:00	Juanitas søndagscafé Juanita slår dørene op til hygge i spisestuen. Husk madpakke. Gratis, ingen tilmelding.	
Mandag d. 5/6 kl. 13:00 – 15:00	Højskolesang med Nickie Nickie spiller op til sang i spisestuen for centrets medlemmer. Der er kaffe/te og kage. Ingen tilmelding. Pris: 30 kr. betales på dagen.	
Onsdag d. 7/6 kl. 10.00 – 11.30	Personlig træning v. FamFit Kom og få en introduktion til maskinerne i motionsrummet eller hjælp til en personlig træningsplan. Kræver træningsmedlemskab. Ingen tilmelding.	
Onsdag d. 7/6 kl. 13:00	Banko v. Dansk Folkehjælp i spisestuen. Ingen tilmelding. Der betales for kaffe/kage og spilleplader på dagen.	
Fredag d. 9/6 kl. 11:00	Filmklub Vi ser den danske film "Rose" fra 2022 med Sofie Gråbøl i hovedrollen som den skizofrene Inger, som er på busrejse med sin søster og svoger. Filmen er instrueret af Niels Arden Oplev. Gratis, ingen tilmelding.	
Mandag d. 12/6 kl. 9:30	Udflugt til Faxe Vi kører med bus til Faxe og besøger bl.a. Geomuseet med fossiler og en udstilling af Jim Lyngvilds Grønlands-billeder. Bagefter spiser vi frokost. Se mere på opslagstavlen. Tilmelding på medlemskontoret senest mandag d. 5/6. Pris: 375 kr.	
Tirsdag d. 13/6 kl. 11:30	Elsk dine ører – pas godt på dem, for de passer på dig Vidste du, at et ubehandlet høretab kan øge risikoen for at udvikle demens? Hørekonsulent Sanne Lindahl-Dunton fra Audika holder oplæg om hørelsens betydning. Bagefter kan man få lavet en lille høretest. Tilmelding på medlemskontoret senest torsdag d. 8/6. Pris: 30 kr.	
Mandag d. 19/6 kl. 11:00	Frokost på Bakken Vi mødes i Klampenborg og går til Bakken, hvor vi spiser frokost sammen. Tilmelding på medlemskontoret senest tirsdag d. 13/6. Pris: 200 kr. for frokost inkl. 1 genstand Mødested: Klampenborg Station kl. 11:00	

Fredag d. 23/6 kl. 10:00	Oplevelsestur på Christianshavn Vi skal endnu en gang ud og gå i et af de kvarterer i København, som er i rivende udvikling. Gratis, men med tilmelding på medlemskontoret senest onsdag d. 21/6. Mødested: Ved metroen på Christianshavns Torv kl. 10:00	
Mandag d. 26/6 kl. 13:00 – 19:00	Aktive mænd Vi hygger, snakker, spiller måske et spil og laver selvfølgelig mad sammen. Tilmelding på medlemskontoret senest torsdag d. 22/6. Pris: 50 kr.	
Fredag d. 30/6 kl. 11:00	Fællesmøde og sommerafslutning Kom og hør, hvad der rør' sig i foreningen og vær med til at fejre sommeren. Efter selve mødet spiser vi sammen, og Nickie kommer og synger med os, mens vi får kaffe og kage. Tilmelding på medlemskontoret senest 25/6. Pris for frokost: 75 kr.	
	Det kan du bl.a. glæde dig til i de næste måneder	
Fredag d. 21/7 kl. 10:00 – 18:00	Udflugt til kirsebærfestival i Kerteminde Bjarnes bus kører os til Korsør Madmarked, hvor vi spiser frokost. Derefter går turen videre til Kerteminde, hvor vi skal opleve festivalen og se "kirsebærdronningen". Se mere på opslagstavlen. Tilmelding på medlemskontoret senest torsdag d. 13/7. Pris: 375 kr.	
	Udvalgte faste aktiviteter (Se også oversigten på opslagstavlen)	
	OBS! Sommerpause eller ej? SeniorCentret har åbent sommeren over. Gymnastik/yoga/mindfulness holder sommerpause i juli. Kinesisk gymnastik holder sommerpause i juni, juli og august (bortset fra 1.6.) Linedance fortsætter sommeren over.	
Udvalgte dage kl. 10:00 – 13:00	Papirværkstedet Kom og vær kreativ med papir Tirsdag d. 6/6 Tirsdag d. 13/6 Tirsdag d. 27/6	
Tirsdage og torsdage kl. 8:00 – 10:00	Bordtennis Vi spiller bordtennis i Klærkesalen. Kom og vær med uanset niveau. Kræver almindeligt klubmedlemskab.	
	Medlemskontoret Åbningstid: mandag-torsdag kl. 11-13.	Telefonnummer: 30692420