



GRIBSKOV SENIORCENTER

Parkvænget 20 B, 1. og 2. sal, 3200 Helsingør · Tlf.: 7249 9175



OKTOBER 2024

25. årgang Nummer 11



Lidt til kalenderen

Banko	fredag	1. november
Rådsmøde	mandag	4. november
Centerugen starter	mandag	4. november
Vi spiser sammen	onsdag	6. november
Hulen laver kreative arbejder med start	torsdag	7. november
Brugermøde	mandag	11. november
Naturmotion & geocaching	torsdag	14. november
Banko	fredag	15. november
Julemarked	lørdag	16. november
Julemarked	søndag	17. november
Mortens-eftermiddag fælleshygge m/and	mandag	18. november
Swingtetten underholder	fredag	22. november
“Det grønne køkken“	fredag	22. november
Harmonikabanden underholder	mandag	25. november
Julebustur til Nyvang	torsdag	28. november
Banko	fredag	29. november
Madmændene mødes	fredag	29. november



HALLOWEEN

Gadekærsforeningen i Helsingør ville gerne have 3 spøgelse til at stå på springvandet på banktorvet. Dem lavede vi selvfølgelig og de 3 uhyggelige, virkelige og flotte spøgelse fløj herfra en sen aftenstund - heldigvis nåede vi lige at snuppe et foto af dem, lige inde de lettede.....

Forsidebilledet:

Se tekst ovenover her !

LIS har ordet !



Tænk engang, november står for døren og vi glæder os til mortenseftermiddag, julemarked, bus-tur, vi spiser sammen og mange andre gode "var-me" arrangementer i en skumringstid.

I uge 45 står centret også på den anden ende, da det jo er denne uge vi laver masser af ting til vores hyggelige julemarked.

I sidste måned havde Det kreative værksted også en hyggelig dag med at lave spøgelse til springvandet ved banktorvet.

På brugermødet havde vi foredrag med Inger Bols omkring intuitiv spisning, virkelig en øjenåbner, igen et godt foredrag, så der sker hele tiden rigtig mange ting rundt i centret. **Stor tak for det.**

Stort tillykke til Leif for modtagelse af Seniorprisen 2024, - det er vel-fortjent, og også et stort tillykke til Togfolket, som har fået et tilskud til deres bane fra SparNord. Nu kan der bygges videre!

Vi har været nødt til at ændre på bordene i nogle lokaler, for bedre at tilgodese alle aktiviteter, det håber jeg bliver godt.

Velkommen til novembers mange aktiviteter.

Lis

Spansk

Da spanskholdet tirsdag eftermiddag har bestået, har Jan valgt at holde en lille pause.

Vi håber Jan tilbyder et nyt hold fra det nye år.

Tak for nu.

Hold øje med bladet



Vi spiller

BANLO



Fredag d. 1. november kl. 10.00 - 12.00
i salen.

Vel mødt !

Engelsk

Opstart af nye hold.

Vi har et stort ønske om at starte et engelskhold for begyndere, vil du være underviser?

Vi glæder os til at høre fra dig.



Lis

Spillecafé

Nyt, Nyt, Nyt

Ved du godt at vi spiller whist, bridge, billard, banko og petanque?

Kom og hør nærmere om tidspunkter.

Herudover er der et ønske om at spille canasta torsdag formiddag.

Vil du være med? Hannelore lærer spillet fra sig.

Canasta går ud på, enkeltvis eller i hold, at samle så mange point som muligt. Måden man samler point på, er at bygge såkaldte 'canastaer', som er en kombination af syv kort af samme værdi. Det hold eller den spiller, som først får 5000 point, vinder spillet.

Det kræver ofte flere spil, før man når 5000 point.



Rådsmøde

Mandag d. 4. november kl. 10.00 - 12.00

Husk du kan lægge forslag i forslagskassen.

Centerbladet

udkommer een gang om måneden.

Bladet optager artikler, indlæg, beretninger, opslag mv.

Deadline til næste nummer er den **15. i måneden.**

Stof afleveres på kontoret, eller sendes pr. e-mail til:

programudv@gribskovseniorcenter.dk

Ansvarsh. redaktør: Lis Ahrendt Laursen.

Grafik, layout, redaktion og sats: Ole Hansen.

Tryk: Gribskov Kommune. **Bladet er gratis.**



Centeruge

Mandag den 4. november til fredag den 8. november

holder vi "Centeruge". Her er det vi sætter alle sejl til på diverse hold/aktiviteter, med fokus på vores julemarked.

Hele ugen står i julemarkedets tegn, og vi håber vi får fremstillet rigtig mange flotte, sjove effekter til vores julemarked.

Er dit hold med til at fremstille ting i denne eller andre uger, så skal I huske at skrive jer på listen til kaffe og kage. **Vi glæder os !**

Vi spiser sammen

"Vi spiser sammen" er for alle 60+ og førtids-pensionister i Gribskov Kommune. Der kræves ikke medlemskab af vores centre, så inviter gerne en ven eller nabo med. Arrangementet starter kl. 17.00 og vi serverer maden mellem 17.00 og 18.00 og der er kaffe bagefter, som vanligt.



Vi spiser sammen på: **Gribskov Seniorcenter Helsingør**
Onsdag d. 6. november kl. 17.00 - 20.00

Menu: Gule ærter med flæsk og medisterpølse

Dessert: Frugtsalat

Prisen er kun 95,00 kroner incl. kaffe

Husk at købe din billet senest dagen før !

HUSK: Du kan også ringe til centret og få en spisebillet lagt til side....

Næste gang er 4/12 Flæskesteg og ris a'la mande

NB. Vi har fået justeret portionsstørrelserne, efter vi syntes der var lidt for lidt af brunkålen sidst – så glæd jer til større portioner.

Brugermøde

Mandag d. 11. november kl. 14.00 - 16.00 Sidste møde i år.

Indlæg med foreningen "Eftersøgningshunde". I dag råder de over 15 special trænedede hunde som sættes ind i eftersøgninger med politiets tilladelse. Du kan evt. se mere på vores FB side. *Vel mødt.*

Hulen

Hulen i november, torsdage fra 10.00 - 14.00

7. november laver vi ting til salg på julemarkedet her i huset som løber af stablen d. 16 og 17 november. Kom og vær med i hyggen og lav noget fint sammen med os. Det kan være alt fra crepepapirblomster, julepynt i quilling, nålefiltning, stenmaling, stofengle eller noget helt andet. Har du en god ide så er det også meget velkomment.

14. og 21. november laver vi kort og billeder i en lidt anderledes col-lageteknik. Papiret bliver revet i stedet for klippet, og der bliver skabt fine, søde eller sjove billeder eller kort.

Er du nybegynder eller øvet i collage spiller ingen rolle, - kom og vær med, - det bliver sjovt og hyggeligt. Og de kan bruges som kort eller værtindegave eller blot til pynt hjemme et sted.

28. november er der "fri leg" - vi har alt mulig - kom og vær med.

Hverdagsrådgivning

alle onsdage i ulige uger 12.30 - 14.00

Vi er klar til at give en hjælpende hånd, hvis du har brug for det.
f.eks. til:

Forstå breve og andre henvendelser fra det offentlige.

Få kontakt til kommunen og andre offentlige instanser

Aktivere og benytte Nem ID og Mit ID

Flytte adresse

Optanke rejsekortet

Søge boligstøtte

Se og rette skatteforhold

Få hjælp til digital selvbetjening

eller kontakt til det - eller noget helt andet.

Bare mød op, og vi vil forsøge at hjælpe. Der er altid kaffe på kanden.

Besøgene er fortrolige og vejlederne har tavshedspligt

På gensyn fra Anne Larsen og Erik Lykkeberg.

Vi satser på tørvejr

Torsdag den 14. november kl. 10.00 - 14.00

afholder vi kurset "Naturmotion og geocaching"

Kurset er udskudt fra 26. september, men denne dag satser vi på tørvejr.

Vi mødes ved p-pladsen ved Valby Hegn på Bukkarvej. Husk varmt tøj. Vil du gerne med kan du tilmelde dig hos Lis.

Vi spiller



Fredag d. 15. november kl. 10.00 - 12.00

Banko i salen. Vel mødt !

JULEmarked

Lørdag d. 16. november kl. 10.00 - 15.00

Søndag d. 17. november kl. 10.00 - 14.00

afholder vi vores hyggelige julemarked på Seniorcentret.

Igen i år har vi fyldt salen op med boder fra alle værkstederne – jule-togbanen kører – aktivitetsrum for børnebørn og barnlige sjæle, samt julecafé..... **Kom glad**

MORTENS-aften

Mandag d. 18. november kl. 13.00

afholder vi Mortens-eftermiddags arrangement.

Kom til en dejlig eftermiddag med den traditionsbundne menu; vi serverer en ½ and med tilbehør og derefter gammeldaws æblekage, kaffe og hjemmebagte småkager.

Vi byder også på musikalsk underholdning ved Mads Westfall.

Billetsalg frem til 14. november á kr. 165.-

(plads til max. 75 personer)



Det "Grønne" køkken

Fredag d. 22. november kl. 16.00 - 19.00 (årets sidste gang)

Vi skal bl.a. lave lækker vegetar postej og andet som hører december og julen til. Hvis der bor en grøn kok i dig, så tøv ikke med at henvende dig til Johanna - der er som regel altid et, eller flere afbud.

JAZZ MATINÉ



Gribskov Swingtetten inviterer til
"Åben øveformiddag":

Fredag d. 22. november kl. 11.00 - 12.00 i Salen.

Deltag i en hyggelig formiddag. Jazz-Baren er åben.

Vi spiller **BANKO**

Fredag d. 29. november kl. 10.00 - 12.00
i salen.

Vel mødt !



Madmændene

Fredag d. 29. november kl. 16.00

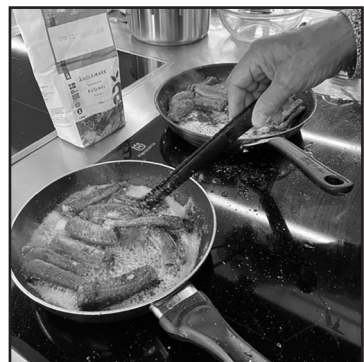
Mødes vi igen i Nordstjerneskolens køkken.



Ålene på panden



Madmændene startede sæsonen med stegte ål og åblekage. Der blev spist op !!



Harmonika Banden



Vores velspillende orkester leverer musikken til syng-sammen:

mandag d. 25. november fra klokken 13.30 til 15.30.

De har festligt blandet nye og gamle sange til os.

Som vanen tro, er der kaffe og lækker kage i pausen, samt plads til at snakke og hygge sig sammen.

Prisen er kun 15,- kr. for kaffe og kage.

Udflugt



Torsdag d. 28. november går turen til Jul i Nyvang.

Så tændes julelysene igen i den gamle landsby og byder gæsterne indenfor til et stort, hyggeligt julemarked. Der er meget at se på, og efter ankomst til Nyvang er der tid på egen hånd. Midt på dagen frokost, bestående af 2 stykker højtbelagt smørrebrød og en øl eller vand på Restaurant Madam Blå. Herefter er der igen god tid på egen hånd. Om eftermiddagen drikker vi kaffe med kage til i Madam Blå inden vi forlader Nyvang. Turen forventes afsluttet i Helsingør kl. 17.30

Programskitsen for dagen er:

09.00 afgang ved Helsingør Hallerne

11.30 ca. ankomst Nyvang

12.00 - 13.00 frokost.

13.00 - 15.00 tid på egen hånd i Nyvang

16.00 retur til Helsingør

17.30 ankomst til Helsingør Hallerne.

Synes du dette lyder spændende, kan du stadig nå at købe en billet i receptionen. Pris 500,- kr. (Centret yder et tilskud)

For Ikke medlemmer er prisen 699,- kr. Vi har 50 billetter ialt.

Sted	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
2. sal					
Salen	Harmonikabanden 9.30-12 syng med 25/11 13.30-15.30	Linedans 9-10-10.10-11.30 & 12.30-13.45 v/Pia og Stephanie	Stole gymnastik 9.45-10-45 v. Johanna 11 - 12 v. Janne	Sang 10-12	Banko 1/11-15/11-29/11 kl. 10-12
		Gymnastik 14-15 v. Susanne	Gymnastik 12.30-13.30 v. Kirsten	Maling 12.30-15	Jazz-matiné 22. november kl. 11-12
	Brugermøde 11. november	Seniordans 16.00-17.30 v/Nels	Yin Yoga 14 - 15.15 v. Johanna	Hatha Yoga 15.15-16.15 v. Johanna	
Tænke- boksen	Engelsk konversation 10.00-12.00	Bridge for begyndere 10.00 - 12.00 v. Elmer	Patchwork 9.30-12.30 v/Anne & Annie	Knipling 9.30-13.30 v/ Mie	
		Kortspil 12.30-16	Knipling 13 -16 v/ Weny		
Videorum				Hjælp til pc og mobil 10.00-12.00 v/ Bjarne	GS-Hjemmeside Efter aftale sidste fredag i mdr. 10-12
EDB- lokalet		Publisher/Word 11.00-13.00 v/Agda	IT - windows 11 m.m efter aftale V. Erik	Slægtsforskning 10.00-13.00 i ulige uger v. Annie	
	Behandling af egne fotos 10.00- 13.00 V. Søren Sørensens		Hverdagsrådgivning 12.30-14.00 ulige uge V. Erik og Anne		
Spise- stuen	Køkkenet 10.00-14.00	Køkkenet 10.00-14.00	Køkkenet 10.00-14.00	Køkkenet 10.00-14.00	
		Strikkeklub kl. 10-12			
Hulen		Hardangersyning 9.30-13.30 v/Else	Patchwork Hold 1 ulige uger 13-16 Hold 2 lige uger 13-16	Kreativt værksted 10.00-14.00 v/ Johanna	Hæklehold 10-12 v/Annie
Spille- hjørnet	Billard 9.30-16.15	Billard 9.30-16.15	Billard 9.30-16.15	Billard 10-16.15	Billard 9.30-12.45
Reception	Åben 10.00-14.00	Åben 10.00-14.00	Åben 10.00-14.00	Åben 10.00-14.00	

**Har du spørgsmål ? Få svar på kontoret på 2.sal
eller i vores reception. Centrets telefon: 7249 9175**

Sted	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
------	--------	---------	--------	---------	--------

1. sal

Systuen	Syning 10.00-15.30	Syning 10.00-15.30	Syning 10.00-15.30	Patchwork på maskine 10.00 -15.00	Gribskov Swingtetten over 9.30-12
Træ- værksted	Drejehold 9.30-12/13.00-15.30 v/Per M og knud G		Drejehold 9.30-12.00 v, Hans og Lars		
Hygge- krogen	Keramik 10.00-14.00 v/ Johanna	Glasværksted 10.00-15.00 Mariane og Lis	Porcelænsmaling 9.30-12.30		
			Porcelænsmaling 13-16 v/ Birgit H		
Minera- len	Sandblæsning Efter aftale v. Birgitte C	Stenslibning 9.30-12.00 v/Ingrid			Stenslibning 9.30-12 v/Ingrid
Det Grønne lokale	"Togfolket" hygger og bygger 10-13	Græsk 10-12 v/Michael	Porcelænsmaling drikker kaffe 10-12	Canasta v. Hannelore kl. 10-12	
			Læsekrede 1. onsdag kl. 13.00 v. Elisabeth		
Det Lilla lokale					
Tale- bølen	Mindfulness mandag 10-12	Dr. Hermann øver 9.30-12.00	Flettasker og skåle 9.30-14 v/Birgitte & Ulla		
				Tysk konversation 14 - 16 v/ Hannelore	
Remisen	Togklub Værksted efter aftale	Togklub Værksted efter aftale	Togklub Værksted efter aftale	Togklub Værksted efter aftale	
Kage- køkken					
Fløjen				Fransk for begyndere 10.00 - 12.00 v/ Marianne. Studiekreds 13-15 v/Karin	Seniorfisk 1. fredag 10-12 v. Mogens
			Det varme hjørne 13.00-15.00 v/ Steen		
Ud af huset	Cykelholdet Aktivitetspladsen Start 9.30 v. Dorrit	Gåhold kl. 10.30-11.30 v./Birgitte	Stavgang Seniorcentret 13.00 v/Susanne		Mad - mænd 25./10 Grøn mad 11./10 16.00-19.00 Nordstjerneskolens
	Gåholdet Aktivitetspladsen afventer nyt hold	Kroff/Petanque Aktivitetspladsen 13.00-15.00 v/Lisbeth & Birgitte	Smedeholdet Godhavn 10.00-12.00		Seniorfisk kontakt Mogens
	Stavgang kl. 10 v. Susanne				

GRIBSKOV SENIORCENTER



Hvad er Gribskov Seniorcenter ?

Centret er Gribskov Kommunes tilbud til alle pensionister, både folke-, og førtidspensionister samt efterlønsmodtagere, som er bo-siddende i kommunen.

Vores motto i centret er:

“Et levende center - hvis du gør dit til det”

Alle er vores aktiviteter er afhængige af frivillige/brugere, der giver en hånd med, - stort eller småt, - alt har ligeværd.

Der er mange forskellige aktiviteter, skemalagt i ugens løb, - så kom og se om der skulle være noget der kunne interessere **DIG**.

Der er også altid mulighed for at komme ind og blive vist rundt og få en snak med os.

Ring gerne på 7249 9175 og hør mere.

MEDLEMSKAB



Gribskov Kommune har fastsat en **brugerbetaling på kr. 481,00** for at deltage i aktiviteterne i centret, for hele året.

Du har også mulighed for at deltage i diverse arrangementer, madordninger, fester, koncerter, udflugter, rejser mm. mod rimelig egen-betaling, samt give din mening til kende på brugermøderne som afholdes een gang om måneden.

Alle har tale,- og stemmeret.

Har ovenstående vagt din interesse, så kom og vær med.

Vi glæder os til at se DIG.