



GRIBSKOV SENIORCENTER

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

DECEMBER 2024 – JANUAR 2025

25./26. årgang Nummer 12/1



Lidt til kalenderen

DECEMBER 2024

Rådsmøde
Aktivitetsudvalgsmøde
Vi spiser sammen
Sangholdet synger julen ind
Hulen laver julehygge
Fælles julefrokost
Glasværksted arbejde sidste gang i år
Forestillingen "De urørlige"
Yin Yoga træner sidste gang i år
Hatha Yoga træner sidste gang i år
Hulen laver julehygge
Køkken og reception lukker fra
JULE-Banko, årets sidste bankospil
Keramik stopper for i år
Harmonikabanden underholder
Julestue med Gløgg og æbleskiver
Hulen laver julehygge
Gribskov Seniorcenter lukker for julen
Centerhygge med hjemmebag

mandag	2.	december
mandag	2.	december
onsdag	4.	december
torsdag	5.	december
torsdag	5.	december
mandag	9.	december
tirsdag	10.	december
tirsdag	10.	december
onsdag	11.	december
torsdag	12.	december
torsdag	12.	december
fredag	13.	december
fredag	13.	december
mandag	16.	december
mandag	16.	december
tirsdag	17.	december
torsdag	19.	december
fredag	20.	december
lørdag	28.	december



Forsidebilledet:

Fra os til Jer: I ønskes alle en rigtig god Jul og et dejligt, fortryllende nytår

LIS har ordet !



Hold nu helt op!

Hvor har det bare været nogle fantastiske uger i november, og det fortsætter i december.

Nu efter et supergodt og hyggeligt julemarked, som kun kan lade sig gøre, ved at så mange hjælper til, på vores centeruge i uge 45 med, at fremstille ting til salg, køkkentjanserne/kagekøkkenet giver en ekstra hånd med, både i uge 45 og på julemarkedet, samt brugerrådet som har været over hele huset med hjælp.

Med disse ord vil jeg gerne minde om, at dette center jo er som det er, fordi der er så mange som tager et ansvar, nogen der hjælper til, andre der har øje for hvad der kan være brug for og leverer det.

Tak til alle jer, der gør en forskel i dette hus og for os der bruger det.

Husk også at rose hinanden for alle de små tjenester og opgaver der bliver løst i dagligdagen.

Læs mere her i bladet omkring arrangementer i december og januar.

Tak for et dejligt år.

Lis

STOR TAK TIL DET GRØNNE HUS

Igen i år har vi været heldige ved uddeling af overskuddet fra "Det Grønne Hus."

Vores togfolk, systuepiger og sandblæsningshold har alle fået deres ønske opfyldt, - bedre afslutning på et super år kan man ikke ønske sig. Tak igen, hvor er vi glade.

Vi spiller

BANKO



Fredag d. 13. december kl. 10.00 - 12.00
i salen. Julebanko, årets sidste, extra gevinster.

Rådsmøde

Mandag d. 2. december kl. 12.30

Husk du kan lægge forslag i forslagskassen.

Aktivitetsudvalget

afholder møde Mandag d. 2. december kl. 11.00

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. 4. november kl. 17.00 - 20.00

Menu: Flæskesteg med det hele og ris a'la mande

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 8/1 Frikadeller m/stuvet hvidkål samt bær dessert

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.**



Sangholdet

Torsdag d. 5. december kl. 10.00 - 12.00
synger sangholdet det sidste vers i 2024
Vi synger julesange, og ønsker hinanden god jul.
Vi synger igen torsdag den 9. januar - Godt nytår!



Hulen

Hulen i december, torsdage fra 10.00 - 14.00

3 torsdage i december, 5., 12. og 19.
laver vi de smukkeste julepynt, stjerner, kranse, pindsvin m.v. af gamle bogsider. Det bliver virkelig fint.
Og har du nogle gamle bøger med mest tekst og -eller fint papir må du gerne medbringe dem.
Det bliver sjovt så kom og vær med.

Det kreative værksted har sidste gang inden juleferien d. 19. og starter op igen d. 9. januar 2025.og vær med.
Det bliver sjovt og hyggeligt.

Gymnastik-kurser

Gymnastikkurser for instruktører er nu afholdt.
Vi har afholdt 2 kurser i efteråret med henholdsvis balance og styrketræning og Naturmotion og geocaching.
Tak til jer som var med, jeg håber der var en del ny inspiration til både inde og ude.

Kursusbeviser kan afhentes hos mig på kontoret.

Lis.

Glasværksted

Tirsdag d. 10. december kl. 10.00 - 15.00
arbejder vi sidste gang i år og starter op igen 14. januar - vi ses.

Mariane og Lis

Julefrokost

Mandag d. 9. december kl. 13.00
afholder vi husets fælles julefrokost.

Vi byder på en juleplatte fra Kvickly med følgende:

- Marinerede sild,
- Æg og rejer,
- Lun fiskefilet med remoulade,
- Flæskesteg med rødkål,
- Brie og frugt.



Vi sætter julemusik på anlægget og synger også fra sangbogen, selvfølgelig skal vi også have hjemmebagte julesmåkager til kaffen og amerikansk lotteri

Billetpris 150,- kr. frem til 2. december

(max. 75) Kom og vær med.

Underholdning

Tirsdag d. 10. december
mødes vi i Gribskov Kultursal til forestillingen "De urørlige"

Forestillingen begynder kl. 19.30 – kom gerne i god tid, så kan vi hygge lidt i foyeren inden forestillingen. Vi ses.



OBS: har du en foreløbig billet kan du få den byttet til en rigtig billet med nummereret siddeplads på kontoret inden dagen.

YOGA-Hold

Yin yoga træner sidste gang inden juleferien:

11. december og starter op igen d. 8. januar

Hatha yoga træner sidste gang inden juleferien:

12. december og starter op igen d. 9. januar

SE HER !

Lige indenfor døren fra Kirkegade

står et genbrugsstativ, hvor du ganske frit og gratis kan tage tøj og sko med dig hjem.

Du kan også hænge dit aflagte (for småt eller for stort) tøj op, så andre kan bruge det.



Tænk bare på, at tøj og sko skal være i sådan en stand, at andre kan og vil bruge det, men ellers tager vi imod alt pænt og ordentlig tøj og sko. Måske kan du finde en julegave iblandt tingene. !!

Der er virkelig meget flot og godt tøj.

Vær sød at hænge tøjet pænt op igen, når du har kigget på det.

Har du for mange bøjler, kan vi godt bruge nogle flere.



Grethe (systemen)

FERIE lukket

Køkken og reception holder juleferie fra:

13. december og frem til søndag den 5. januar begge dage inkl.

Tusind tak til alle jer, for jeres indsats i 2024. Vi ses igen i januar.

Keramik

Keramik har sidste gang mandag d. 16. og starter op igen d. 6. januar

Julestue

Tirsdag d. 17. december kl. 14.00

inviterer personalet til Gløgg og æbleskiver.

Vi dækker op i salen og håber at se rigtig mange af jer, til at ønske hinanden og os glædelig jul og tak for et forrygende 2024.

Skriv dig gerne på listen, så vi ved hvor mange æbleskiver vi skal lave.

Vel mødt til alle.

Johanna, Pia og Lis

Harmonika Banden



Vores velspillende orkester
leverer musikken til syng-sammen:

mandag d. 16. december fra klokken 13.30 til 15.30.

De har festligt blandet julesange til os.

Som vanen tro, er der kaffe og denne gang dejlige æbleskiver til.

Vi skal snakke og hygge os sammen.

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

Stolegymnastik

Onsdag d. 18. december kl. 09.45 - 10.45

har her sidste gang og starter op igen d. 8. januar 2025

Juleferie LUKKET

Centret har lukket fra 20. december

og frem til 1. januar – begge dage inklusiv.

Centerhygge

Lørdag d. 28. december kl. 14.00

inviterer Leif til eftermiddagshygge.

Elisabeth har lovet at bage til denne dag

Skriv dig på listen, hvis du vil med – eller ring til Leif på: 2924 1630



Holdenes Julefrokoster

I December afholdes mange individuelle julefrokoster rundt i centret og dette gør bl.a.:

- Træværkstedet's julefrokost i Fløjen den 2. december kl. 12.00
- Systuen's julefrokost i Fløjen den 3. december kl. 12.00
- Petanqueholdet's julefrokost den 3. december kl. 12.30 i Taleboblen
- Fiskeklubben's møde og julefrokost 6. december i salen
- Patchwork på Symaskine har afslutning den 12. december
- Madmændene's juleafslutning 13. december kl. 16.00
- Togfolket's julefrokost den 16. december kl. 12.30 i Fløjen
- Gymnastik med Kirsten holder afslutning den 18. december i salen

Herudover er der jo også mange andre julefestligheder på de mindre hold i løbet af december **GOD FORNØJELSE TIL ALLE.**



VELKOMMEN 2025



Lidt til kalenderen

Receptionsmøde med nytårskur	fredag	3. januar
Hulen og Systuen lukker hele ugen	mandag	6. januar
Rådsmøde	mandag	6. januar
Infomøde om nyt spanskhold	tirsdag	7. januar
Vi spiser sammen	onsdag	8. januar
Banko	fredag	10. januar
Brugermøde	mandag	13. januar
Slægtsforskning starter	torsdag	16. januar
Hulen arbejder	torsdag	16. januar
Hulen arbejder	torsdag	23. januar
Banko	fredag	24. januar
Madmændene mødes igen	fredag	31. januar

LIS har ordet !

Velkommen til det nye år !

Centret åbner igen torsdag den 2. januar.
Velkommen til et nyt og spændende år.



Brugerbetalingen for 2025 er steget en lille smule og vil blive opkrævet sidst i januar. Betalingen for hele året er nu 499,- kr.

Husk at sætte X i kalenderen.
Gribskov Seniorcenter afholder generalforsamling
mandag den 24. februar kl. 14.00
Se nærmere på opslagstavlen.

Lis

Receptionsmøde

Fredag d. 3. januar kl. 10.00 - 12.00
afholder vi møde for alle receptionister
Vi afslutter mødet med en lille nytårskur.

Rådsmøde

Mandag d. 6. januar kl. 12.30
afholdes første møde i det nye år

Spansk

Tirsdag d. 7. januar kl. 13.00 - 15.00
Infomøde om nyt spanskhold for begyndere.
Jan tilbyder nyt begynderhold i spansk, – er du
interesseret, er du meget velkommen denne dag.
Jan vil informere om fremgangsmåde og niveau. Kom gerne.



Statuslukket

Mandag den 6. januar og ugen ud afholder Systuen og Hulen status og er derfor lukket for almindelig aktiviteter.

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. 8. januar kl. 17.00 - 20.00

Menu: Frikadeller med stuvet hvidkål

Dessert: Bær panna Cutta

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 5/2 Karrykål med oksekød og æbletrifli

Hulen

Hulen i Januar:

Torsdag d. 16. og torsdag d. 23. januar

laver vi forårsløg og blomster i quilling.

Man kan lave hyacinter, snefnug, vintergæk, blade, grene eller alt mulig andet.

De kan bruges til pynt i et vindue eller på en gren, men de kan også bruges på dekorationer og til at pifte et kort op eller lign.

Det er sjovt og anderledes at lave så kom endelig og vær med.

Vi spiller **BANKO**

Fredag d. 10. januar kl. 10.00 - 12.00
i salen. *Vel mødt !*



Brugermøde

Mandag d. 13. januar kl. 14.00
afholdes brugermøde med nytårskur.

Vi har inviteret Pia Foght, formand for idræt og forebyggelsesudvalget til en snak om forebyggelse på landsplan og på Seniorcentret.

Kom og vær med.

Slægtsforskning

Torsdag d. 16. januar

starter slægtsforskning holdet for øvede op igen med 6 nye møde-
gange i foråret.

Velkommen igen til holdet og til Annie.

Vi spiller **BANKO**

Fredag d. 24. januar kl. 10.00 - 12.00
i salen. *Vel mødt !*



Madmændene

Fredag den 31. januar kl. 16.00
mødes de dygtige drenge igen på Nordstjerneskolen

God fornøjelse.



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

2. sal

Salen	Harmonikabanden 9.30-12 syng med 16/12-27/1 13.30	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 13/12-10/1-24/1 kl. 10-12
		Gymnastik 14-15 v. Susanne	Gymnastik 12.30-13.30 v. Kirsten	Maling 12.30-15	Jazz-matiné 17. januar kl. 11-12
	Brugermøde 13. januar kl. 14.00	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 Sørensen		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 øver 9.30-12
Træværksted	Drejehold 9.30-12/13.00-15.30 v/Per M og knud G		Drejehold 9.30-12.00 v, Hans og Lars		
Hyggekrogen	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		
Mineralen	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	
			Læsekreds 1. onsdag kl. 13.00 v. Elisabeth		
Det Lilla lokale					
Talebølen	Mindfulness v. Anne 10-12	Dr. Hermann øver 9.30-12.00	Flettasker og skåle 9.30-14 v/Birgitte & Ulla		
		Spansk for begyndere v. Jan 13-15 start 7. januar		Tysk konversation 14 - 16 v/ Hannelore	
Remisen	Togklub Værksted efter aftale	Togklub Værksted efter aftale	Togklub Værksted efter aftale	Togklub Værksted efter aftale	
Kagekøkken					
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 13/12-31/1 Grøn mad til februar 16.00-19.00 Nordstjerneskolen Seniorfisk kontakt Mogens
	Gåholdet Aktivitetspladsen afventer nyt hold	Krolf/Petanque Aktivitetspladsen 13.00-15.00 v/Lisbeth & Birgitte	Smedeholdet Godhavn 10.00-12.00		
	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. 499,00 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.