



GRIBSKOV SENIORCENTER

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

JULI - AUGUST 2025

26. årgang Nummer 7+8



Lidt til kalenderen

GS ferielukker	mandag	7. juli
GS åbner efter ferien	mandag	21. juli
Dr. Hermann underholder	tirsdag	22. juli
Seniorfisk afholder møde	fredag	1. august
Rådsmøde	mandag	4. august
Forskønnelsesudvalget stiftende møde	mandag	4. august
Stolegymnastik hold 1 starter	onsdag	6. august
Tog-tur til Helsingør	onsdag	6. august
Yoga stater	onsdag	6. august
Yoga stater	torsdag	7. august
Hulen har fri leg alle torsdage med start	torsdag	7. august
Banko	fredag	8. august
Vi spiser sammen	onsdag	13. august
Hverdagsrådgivningen starter op igen	onsdag	13. august
Det grønne køkken	fredag	15. august
Tur til Gribsø	mandag	18. august
Træværkstedet drejehold starter igen	mandag	18. august
Banko	fredag	22. august
Seniorfisk tager på makrel-tur	tirsdag	26. august
Musik i Gården	onsdag	27. august
Receptionsmøde	fredag	29. august



Forsidebilledet: Igen i år leverede systuen flotte hekse-figurer til Sct. Hans-bålet på gadekæret i Helsingør. Godt arbejde !!

LIS har ordet !



Kære alle

Nu er sommeren ankommet og foråret har budt på fremstilling af endnu 2 hekse til Sankt Hans ved gadekæret i Helsingør, - en fantastisk aften til forpremiere på Græsted revyen, hvor vi var 95 glade brugere. Nu er vi nået til alle sommerfesterne Dr. Herman - Gribsø - togtur til Helsingør - musikfestival i gården, så selv om mange af de faste aktiviteter er gået på ferie, er der stadig mange ting at opleve, kom og køb billet.

Rigtig god sommer Lis

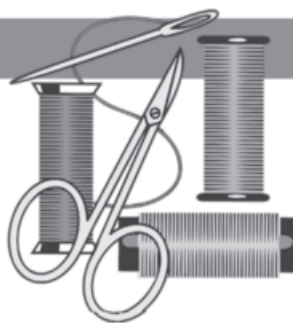
LUKKE-dage

Seniorcentret holder ferie lukket 7. juli til 20 juli
begge dage inklusiv !

Hverdagsrådgivning

Hverdagsrådgivningen onsdage kl. 12.30 - 14.00 holder sommerlukket frem til 13. august.

Systuen

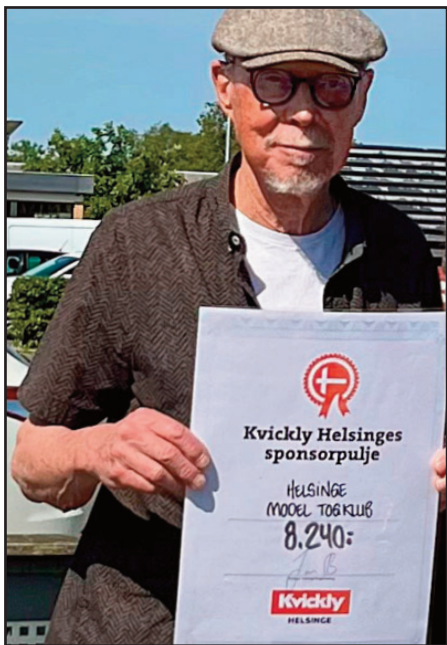


Igen i år fremstillede vores systue mesterværker i form af 2 flotte hekse til bålet Sct.Hans aften på Gadekæret i Helsingør.

Donation

Vi er igen i år blevet betænkt med donationer fra Det Grønne Hus, nemlig til sangholdet/brugermøderne, hvor vi har ønsket os Højskolesangbogen til fællessang og vores togfolk har fået penge til at bygge videre på togbanen i Remisen.

10000 tak til "Det Grønne Hus" for Jeres store arbejde og de flotte donationer til os.



"Kvickly Fonden" har doneret penge til en gasgrill til vores gårdarrangementer.

Dette giver også mulighed for at flere hold kan bruge grillen til fællesspisninger over de kommende somre.

Togklubben har også fået 8.240,- kr. fra Kvickly

Stort tak til Kvickly Helsing

- Viste du for resten, at Helsing Model Togbane fylder 10 år til oktober? Så skal der festes!

Hennning Jensen fra Togklubben

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

Ansvh. redaktør: Lis Ahrendt Laursen.

Grafik, layout, redaktion og sats: Ole Hansen.

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



Dr. HERMANN



Tirsdag den 22. juli kl. 13.00 - 15.00 afholder vi musik eftermiddag med vores hus-orkester "Dr. Hermann"

Kom og hør god musik. **Vi serverer kaffe og kage.**

Gribskov Seniorfisk

Fredag d. 1. august kl. 10.00

har fiskeklubben møde i Fløjen. Kom og hør om kommende fisketure.



Tirsdag den 26. august tager fiskeklubben afsted efter makreller.

Ring til Mogens og hør nærmere og hvis der er noget du gerne vil deltage i på tlf. 22 83 12 48.

Mvh. Mogens

Rådsmøde

Mandag d. 4. august kl. 13.00

Husk hvis du har noget til mødet, kan du lægge en besked i forslagskassen.

SE HER !

Mandag d. 4. august kl. 11.00 - 12.00



"Forskønnelsesudvalg til gården"

Vil du være med i nogle snakke omkring, hvordan vi kan forskønne vores gård og aktivitetsplads ud mod Kirkegade ?

– og senere evt. være med i en arbejdsgruppe.

Mød gerne op og vær med – vi glæder os til at se dig.

Dorthe og Lis

PÅ TUR

Onsdag d. 6. august er der togtur til Helsingør

Aktivitetsudvalget er i gang med planlægningen, så hold øje med opslagstavlen.

Stolegymnastik hold 1 holder sommerferie i juli men starter op igen d. 6/8.

Yoga holder sommerferie i hele juli og starter op igen i uge 32. hhv d. 6/8 og 7/8. god sommer!

Stolegymnastik

Onsdag d. 6. august

starter hold 1 op igen.

YOGA-Hold

Onsdag d. 6. august + Torsdag d. 7 august

starter op igen efter sommerferien. God sommer til alle !

Sangholdet

Torsdag d. 7. august kl. 10.00

starter op igen efter sommerpausen.

Vi har fået doneret Højskolesangbogen af "Det Grønne Hus", så nu er der endnu flere sangmuligheder hver torsdag

Kom og syng med, alle er velkommen.



Hulen

Alle torsdage i august fra 10.00 - 14.00

er der fri leg.

Kom og vær med.

Vi spiller **BANKO**



Fredag d. 8. august kl. 10.00 - 12.00

i salen. Kom og vær med.

Gevinsterne er gavekort til byens butikker.

Vi spiller 10 spil.

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. 13. august kl. 17.00 - 20.00

Menu: Frikadeller som vor mor lavede dem

Dessert: En lækker overraskelse

Prisen er kun 95,00 kroner incl. kaffe

Husk at købe din billet senest dagen før inden klokken 12.00 !

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

Næste gang er 3. september - Menuen kommer senere !

Det "Grønne" køkken

Fredag d. 15. august kl. 16.00 - 19.00

Vi skal lave lækker vegetarisk mad med sæsonens grøntsager.

Hvis du vil være med kontakt Johanna, så finder vi ud af det.

Det koster 100,- kr. hver gang.

Træværkstedet

Mandag d. 18. august kl. 09.30

starter trædrejeholdene op igen efter sommerpausen

Vel mødt.

PÅ TUR

Gribsø

Mandag d. 18. august

er det tid til at sætte hinanden stævne ved

Gribsø kl. 12.00.

Vi medbringer frokosten til alle, og I medbringer selv drikkevarer.

Vi har 3 måder at komme til Gribsø på:

- med cykelholdet fra Aktivitetspladsen ved centret kl. 9.30
- Stavgængerne fra Enghavehus (tidspunkt oplyses senere)
- toget fra Helsingør Station kl. 10.30

Køb en frokost-billet allerede nu til 40,- kr.

Vi satser igen på nogle fornøjelige timer ved søen, inden vi igen vender næsen hjemad.

Hilsen cykling, stavgang, togholdet og Lis

Cykling

Vi cykler hver mandag kl. 9.30 fra Seniorcentret

Vi cykler gerne omkring 2 timer med en lille pause

halvvejs, det er super dejligt med lidt vind i håret, og måske se nogle nye steder man aldrig har været.

Vi slutter gerne af med en kop kaffe på Centret



Vi spiller

BANKO

Fredag d. 22. august kl. 10.00 - 12.00

Stort banko i salen. *Kom og vær med.*

TAK til bankoudvalget for jeres arbejde I udfører !



"De Gode Ting"

Fredag d. 22. august

Lørdag d. 23. august

Søndag d. 24. august

er vi i de "De Gode ting" på genbrugspladsen i Højelt.

Har du lyst at være med til at sælge, så kom og skriv dig på listen på opslagstavlen eller ring til Leif tlf. 29 24 16 30.

Det overskud vi kan lave, går ubeskåret til Gribskov Seniorcenter og det er da rart, at have lidt midler på bunden af kassen, som vi kan bruge helt efter vores egne behov og interesser.

Du er også meget velkommen til at komme ud og se hvad vi har i teltet og få en lille snak med os.

Vel mødt til nogle hyggelige salgstimer

Udflugt

Vil du med på rejse til

Sort Sol og Agerskov Kro -

4 dage den 12. – 15. oktober ?



Vi skal bl.a. opleve Dybbøl Mølle, Gråsten, Tønder, det store sønderjyske kaffebord, Tønder Marsken og Sort Sol, Løgum Kloster, Rømø, Vedsted Dysserne og Tørning Mølle,
- alt dette med udgangspunkt fra Agerskov Kro og Hotel.

Kom og hent en udførlig rejsebeskrivelse og meld dig til i receptionen inden 24. juni (vi skal min. være 36 tilmeldte for at turen bliver til noget).

Vi opfordrer til at bo sammen, da der ikke er så mange enkeltværelser.

Leif

ONSDAG DEN 27. AUGUST
KL. 11.00 - 15.00
AFHOLDER VI
MUSIKFESTIVAL I GÅRDEN

VI HAR SAT VORES
3 ORKESTRE STÆVNE I
GÅRDEN TIL EN HYGGELIG
OG GLAD MUSIKDAG.

PÅ PLAKATEN ER:

GRIBSKOV SWINGTETTEN,
HARMONIKABANDEN
DR. HERMANN.

I LØBET AF DAGEN BYDER VI
OGSÅ PÅ GRILL,
NOGET KOLDT AT DRIKKE,
SAMT KAFFE OG KAGE.

KOM OG VÆR MED TIL EN
SJOV OG HYGGELIG DAG
BILLETSALG FREM TIL DAGEN

PRIS 70 KR

Musik
i
gården

Receptionsmøde

Fredag d. 29 .august kl. 10.00 - 12.00
afholder vi receptions møde.

Alle receptions vagter er velkomne til mødet, - eller vil du gerne være med i receptionen fremadrettet er du også meget velkommen.

Kirsten L. og Lis

Hverdagsrådgivning

Onsdag d. 13. august kl. 12.30-14.00
starter rådgivningen op igen efter sommerpausen

Køkken

HJÆLP - HJÆLP - HJÆLP - HJÆLP - HJÆLP

NU er vores køkken igen ved at miste fodfæstet.

Vi har flere ledige køkkenvagter til efteråret.
Det har hidtil været muligt at bemande køkkenet med et vagtskema, med en fast ugedag om måneden sammen med en fast makker, men vi mangler i øjeblikket 8 vagter for at planen går op.

Vi håber meget vores køkkentilbud kan fortsætte, da det er en vigtig del af centret og "mødestedet" for mange, - køkkenet har en samlende effekt for alle individuelle hold og også enkelt personer der kommer forbi. Jeg glæder mig til at høre fra dig / jer.

Vi afholder køkkenmøde 2 gange om året, næste gang er første uge af september.

Her har du mulighed for at have indvirkning på køkkenvagter og -indhold.

Lis

Goddag- og farvel



Kære Alle

Vi vil gerne dele en rigtig god nyhed med jer. Efter en grundig proces er vi glade for at kunne fortælle, at vi har fundet den rette nye leder og det er endda en, som mange af jer allerede kender.

Det er med stor glæde, at vi kan byde **Anne-Sophie Top – eller Fie**, som de fleste af jer nok kender hende under – velkommen som den

nye leder af seniorcentrene i Helsingør og Gilleleje, startende den 1. september 2025.

Fie har i forvejen været en del af hverdagen på centrene og kender både jer, husene og medarbejderne rigtig godt.

Hun er dygtig, engageret og brænder for at skabe gode rammer og aktiviteter for jer alle, og er derfor sikre på, at Fie bliver en stærk og nærværende leder, som vil fortsætte den positive udvikling.

Vi glæder os til det fortsatte samarbejde og håber, I vil tage godt imod Fie i hendes nye rolle. **Velkommen FIE**

Afskedsreception for Lis

tirsdag den 9. september kl.

13.00 - 15.00

I forbindelse med at jeg bliver pensionist og stopper som leder af Gribskov Seniorcentre, afholdes afskedsreception i salen på Senior-centret.

Brugerrådet har lovet at være værter ved arrangementet og stå for det praktiske. Jeg glæder mig til nogle daglige timer denne dag



Alle er velkomne, Lis

SE HER !



Vil du være med til at gøre en forskel.
Sommerferievikariater i Pleje Gribskov -
Helsinggården eller Trongården.

Kender du nogen, måske dig selv, som har lyst og overskud til at hjælpe til i vores hverdag på Helsinggården eller Trongården i Vejby hen over sommeren?

Vi søger timelønnede afløsere til sommerferieperioden, som har mod på at indgå i plejen og være med til at skabe tryghed og nærvær for vores borgere.

Du bliver en del af et fast og fagligt stærkt team og du vil naturligvis få grundig introduktion og mulighed for sparring undervejs.
Du skal ikke nødvendigvis have erfaring fra plejen, men have lyst til at lære og være en del af fællesskabet.

Arbejdstiden er efter aftale, dag, aften eller weekend.

Du bliver timelønnet og vi klæder dig godt på til opgaven.

Er du interesseret – eller vil du høre mere?

Så tøv ikke med at kontakte:

Sanne Klemmensen – Centerleder Helsinggården: 72496984

Heidi Mørck - Centerleder Trongården: 72496354



fra plantebyttedagen

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

2. sal

Salen	Harmonikabanden 9.30-12 Musik i gården 27. august kl. 11.00	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 13/6 - 27/6 Kl. 10-12
		Gymnastik 14-15 v. Susanne	Gymnastik 12.30-13.30 v. Kirsten	Maling start 4/9 12.30-15	Jazz-matiné september kl. 11-12
	Brugermøde 11. august kl. 14.00	Seniordans start 2/9 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- whist 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		Slægtsforskning 10.00-13.00 i ulige uger interessegruppe	
	Behandling af egne fotos 10.00- 13.00 Ferie V. Søren Sørensen		Hverdagsrådgivning 12.30-14.00 ulige uge V. Anne & Lene 12.30-14.00 lige uge V. Torben		
Spise- stuen	Køkkenet åbner igen 1/9	Køkkenet åbner igen 1/9	Køkkenet åbner igen 1/9	Køkkenet åbner igen 1/9	
		Strikkeklub kl. 10-12			
Hulen		Hardangersyning 9.30-13.30	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 10.00-15.00 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		
			Læsekreds 1. onsdag kl. 13.00 v. Elisabeth		
Det Lilla lokale					
Tale- bølen	Mindfulness ferie v. Anne 10-12	Dr. Hermann øver 9.30-12.00	Flettasker og skåle 9.30-14 v/ Ulla	Canasta v. Hannelore kl. 10-12	
		Spansk for begyndere interessesgruppe 13-15 start 2/9		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	Vi spiller Bridge kl. 10-12			Fransk for begyndere 10.00 - 12.00 start 4/9 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. Dorit	Gåhold kl. 10.30-11.30 v./Birgitte	Stavgang Seniorcentret 13.00 v/Susanne		Mad - mænd ferie Grøn mad 13/6 16.00-19.00 Nordstjerneskolens
	Gåholdet Aktivitetspladsen afventer nyt hold		Smedeholdet Godhavn 10.00-12.00		
	Stavgang kl. 10 v. Susanne	Kroff/Petanque Aktivitetspladsen 13.00-15.00 v/Birgitte			Seniorfisk kontakt Mogens

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.