



GRIBSKOV SENIORCENTER

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

APRIL 2026

27. årgang Nummer 4



Lidt til kalenderen

Stolegymnastik/stoleyoga alle tirsdage fra	tirsdag	7.	april
Vi spiser sammen	onsdag	8.	april
Keramik starter nyt hold	torsdag	9.	april
Hulen laver dekoration på poser	torsdag	9.	april
Gribskov Fisk holder møde	fredag	10.	april
“De gode ting“ i Skærød	fredag	10.	april
“De gode ting“ i Skærød	lørdag	11.	april
“De gode ting“ i Skærød	søndag	12.	april
Brugermøde	mandag	13.	april
Hulen holder “fri leg“	torsdag	16.	april
Banko	fredag	17.	april
Det “Grønne køkken“ laver mad	fredag	17.	april
Harmonikabanden underholder	mandag	20.	april
Hulen holder “fri leg“	torsdag	23.	april
Maleholdet holder fernisering	torsdag	23.	april
Swingtetten underholder	fredag	24.	april
Madmændene braser og koger	fredag	24.	april
Forårsfest	mandag	27.	april
Hulen laver bivoksklude	torsdag	30.	april
Banko	fredag	1.	maj

Underholdning

Forpremiere på Græsted Revyen

Torsdag d. 18. juni kl. 17.30

Vi tilbyder igen i år en tur til et forrygende revyshow med Sara Gadborg, Farshad Kholghi og René Richardt, akkompagneret af et velspillende revyorkester under ledelse af Henrik Schrøder.

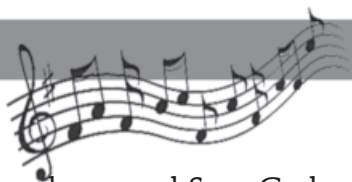
Aftenen på Græsted Kro indledes med kroens lækre sommerbuffet, inden vi tager plads og nyder revyen.

Pris: 385 kr.

Billetter sælges fra 1. april og frem.

Forsidebilledet:

Så skal vi fejre påske med de skønne grønne, gule og hvide farver...



FIE har ordet !



Kære alle

Velkommen til april-bladet.

April byder på lidt af det hele – påskeferie, sommerfest, fernisering og opstart af De Gode Ting.

Personligt holder jeg meget af april måned.

Det er en tid, hvor alt kan ske – fra snestorm til lune forårsdage – og netop det gør måneden så levende og aldrig kedelig.

Samtidig begynder naturen for alvor at folde sig ud, og det samme gør livet i seniorcentret.

Jeg vil ønske jer alle en rigtig dejlig påske og en skøn april måned.

De bedste hilsner Fie

LUKKE-dage

Huset har påskelukket:

Torsdag den 2. april til den 7. april

Allerede nu kan du notere:

Sommerferie i Gribskov seniorcenter afholdes i ugerne 29,30 og 31. det vil sige fra d. 13. juli til den 3. august.

Vi spiller

BANKO



Fredag d. 17. april kl. 10.00 - 12.00

i salen. Kom og vær med.

Gevinsterne er gavekort til byens butikker.

Vi spiller 10 spil.

Keramik

Keramik er aflyst mandag d. 6. april da det er 2 påskedag.
Der starter et nyt keramikhold op torsdag d. 9. april.

Det er vi rigtig glade for kan lade sig gøre, og stor tak til Pia J. og Dorthe L. som har meldt sig som tovholder på holdet.

Holdet mødes hver torsdag fra 10.00 - 14.00 i "Hyggeklubben".

Hvis du går med en spirende keramiker i maven, så kom op til Johanna til en snak.

Der er begrænset antal pladser på holdet, så det er vigtigt at du melder din interesse.

Vi glæder os meget til dette.

Gribskov Seniorfisk

Fiskeklubben afholder møde:
Fredag d. 10. april kl. 10.00 i "Fløjen"

Vi hygger med kaffe og snakker om fiskeri.
20. - 24. april fisker vi hornfisk ved Kronborg-pynten fra kl. 10.00.
(kun ved rigtig vindretning).

27. - 30. april Fiskeri på nordkysten.
Vi fisker efter hornfisk ved Orebjerg Rende fra kl. 10.00



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: Anne-Sophie Top.

Grafik, layout, chefredaktør og sats: Ole Hansen.

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



Hulen

Torsdage i marts fra 10.00 - 13.00

Det er ikke nødvendigt med tilmelding !

9. april

Dekoration på poser.

Vi skal dekorere på færdige poser, eller folde nye flotte poser af papir eller tapet. De kan dekorerer på alle mulige måder – kun kreativiteten sætter grænser.

16. april

er det ”fri leg” og/eller færdiggørelse af de ting vi allerede er i gang med.

23. april

er det ”fri leg” og/eller færdiggørelse af de ting vi allerede er i gang med.

30. april

Bivoksklude.

Her skal vi lave bivoksklude, som er bomuldsklude beklædt med bivoks. De er smarte og bæredygtige som kom og lav dine egne. Du skal medbringe vasket bomuldsstof, resten har vi her.

Velkommen i HULEN - vores kreative værksted.

HUSK - ingen tilmelding !!!

Det ”Grønne” køkken

Fredag d. 17. april kl. 16.00 - 19.00

Der er sket en ændring i tovholderrollen, da Johanna ikke længere har mulighed for at få det til at hænge sammen med sine timer.

I stedet har Kirsten og Kirsten overtaget rollen som tovholdere.

Johanna står dog fortsat for at bestille varer og finde opskrifter til jer.

Det koster 100,- kr. hver gang og foregår på Nordstjerneskolen

www.gribskovseniorcenter.dk

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. april kl. 17.00 - 20.00

Menu: Glaseret skinke med cremede flødekartofler

Dessert: Kroens dessert

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....

Brugermøde

Mandag d. 13. april kl. 14.00

Pernille Bjerremose, der til daglig er kirkesanger og omsorgsmedarbejder, kommer og fortæller efter mødet, om aktiv dødshjælp.

Pernille har over 30 års erfaring med omsorg for døende og sårbare mennesker og har en master i humanistisk palliation.

I foredraget deler hun viden og erfaringer, der giver et nuanceret indblik i debatten om assisteret selvmord.

Hendes hjertebarn er at give støtte og palliativ omsorg og pleje til mennesker med demens.



"De Gode Ting"

Vær med

Den 10., 11. og 12. april har vi igen muligheden for at låne teltet med "De gode ting" i Skærød ved genbrugspladsen.

Her skal vi som sædvanligt sælge en masse gode sager og vi plejer at være gode og dygtige til dette.

Har du lyst til at være med, kan du skrive dig på tavlen på 2. sal i centret, og husk, det er både sjovt og hyggeligt samvær og samtidig er du med til at glæde husets brugere, da overskuddet går alene til aktiviteter i centret.

Stolegymnastik

Hver tirsdag kl. 15.10 - 16.00 med Johanna

Vi kalder det nu for STOLE-YOGA og på dette hold kan du bare møde op når det passer dig. Alle kan deltage. Det foregår på en stol eller stående. Det har været lidt svært at finde ledig tid i salen så derfor ligger holdet mellem gymnastik-holdet og seniordans-holdet og vi venter pænt til at gymnastikken fra kl. 14-15 er færdig inden vi går ind i salen. *Vel mødt*

Mindernes Allé

For længe siden..... En veninde

For mange år siden gik jeg til engelsk på Seniorcenteret og en dag kom en ny "elev" ind og stod og kiggede lidt. En kvinde, noget ældre end jeg (var den gang).

Så sagde jeg: "Nu rykker jeg mig, så kan du sidde ved siden af mig" og trak en stol hen. Vi blev venner, et venskab, som vi begge havde meget glæde af. Min veninde sagde senere, at det, at jeg på den måde tog hende ind i kredsen, var anledningen til, dels at hun blev på holdet, dels grunden til, at vi to ellers meget umage mennesker blev livsvenner. Desværre lever min veninde ikke mere. Dette er skrevet som en påmindelse om, at man skal huske at åbne sin kreds og lukke andre ind. Måske er det så lidt, der skal til. **Med hilsen Anne Petersen**

Maleholdet

Torsdag d. 23. april kl. 13.00

inviterer vi til fernisering. Tag gerne en ven under armen og kig forbi til en hyggelig maleriudstilling hvor kan du opleve de flotte værker, som maleholdet har skabt i løbet af 2025.

Bag hvert maleri ligger mange hyggelige timer med farver og pensler – og ikke mindst gode snakke, kaffe og masser af grin.

Der vil blive serveret kolde drikke og snacks. *Vi glæder os til at se jer.*



JAZZ MATINÉ

Gribskov Swingtetten inviterer til

”Åben øveformiddag”:

Fredag den 24. april Deltag i en hyggelig formiddag. Jazz-Baren er åben. Tag gerne naboen eller nogle venner med



Medlemskontingent

Medlemskortene er kommet og de kan hentes i receptionen.

Mandag til torsdag kl. 10.00 til 14.00

Mange hilsner fra Fie

Tysk-holdet

Tysk konversation hver torsdag kl. 14.00–16.00.

Holdet er blevet lidt mindre, så kom gerne, hvis du har lyst til at holde dit tyske ved lige.

Kig forbi en torsdag og prøv, om det er noget for dig.

Vi søger også en tovholder, som har lyst til at dele ud af sine kundskaber og være med til at holde gang i gruppen.



Vi spiller BANKO

Fredag d. 1. maj kl. 10.00 - 12.00

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

TAK til bankoudvalget for jeres hyggelige spil !



Forårsfest

Mandag d. 27. april kl. 13.00

Så er det endelig tid til fest igen og nu glæder vi os til at byde alle velkommen til en hyggelig forårsfest med god mad og dejligt selskab.

Menu:

Skinke med flødekartofler og frisk salat

Dessert:

Frugtsalat med råcreme

Pris kun: 150 kr.

Vi håber, I har lyst til at være med til en festlig og hyggelig eftermiddag hvor hyggen er i højsædet.

Hilsen fra køkkengruppen.

Madmændene

Fredag d. 24. april kl. 16.00

laver herrene mad igen på Nordstjerneskolen.

Der er nu mulighed for at blive reserve på holdet.

Kontakt Flemming på tlf. 40 60 74 14 hvis du er interesseret i en reserveplads.

Som reserve vil du blive kontaktet, når en deltager er forhindret.

Hvis muligheden opstår vil du komme i betragtning hvis der på et tidspunkt bliver en ledig fast plads.

Vi mødes 18 mænd den sidste fredag i måneden hvor vi lærer at lave mad og samtidigt snakker og hygger os sammen.

Til julefrokosten bliver alle reserver også inviteret med.



Sted	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
2. sal					
Salen	Harmonikabanden 9.30-12 ingen syng sammen øver kun i april	Linedans 9-10-10.10-11.30 & 12.30-13.45 v/Pia og Mona	Yin Yoga 8.45-9.45 Stole gymnastik 10-11 v. Johanna 11.15-12.15 v. Janne	Sang 10-12	Banko 17. april & 1. maj kl. 10-12
		Gymnastik 14-15 v. Susanne	Gymnastik 12.30-13.30 v. Kirsten	Maling 12.30-15	Jazz-matiné 24. april kl. 11-12
		Stoleyoga 15.00-16.00v. Johanna			
		Brugermøde 9.marts kl. 14.00	Seniordans 16.00-17.30v/Niels	Yin Yoga 14 - 15.15 v. Johanna	Hatha Yoga 15.15-16.15 v. Johanna
Tænke- boksen	Engelsk konversation 10.00-12.00	Kortspil- whist 12.30-16	Patchwork 9.30-12.30 v/Anne & Annie	Knipling 9.30-13.30 v/ Mie & Weny	
Videorum				Hjælp til pc og mobil 10.00-12.00 Efter aftale 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 interessegruppe	
	Behandling af egne fotos 10.00- 13.00 V. Søren Sørensen		Hverdagsrådgivning 12.30-14.00 ulige uge V. Anne & Lene 12.30-14.00 lige uge V. Torben		
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	Patchwork Hold 1 ulige uger 13-16 Hold 2 lige uger 13-16	Kreativt værksted 10.00-14.00 v/ Johanna	Hækkehold 10-12 v/Majken
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 10.00-15.00 v/ Johanna	Glasværksted 10.00-15.00 Mariane og Lis Tilmelding nødvendig på tavlen 2. sal	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		
			Læsekreds 1. onsdag kl. 13.00 v. Elisabeth		
Det Lilla lokale					
Talebølen	Vi spiller Bridge kl. 9.30-12	Doc. Hermann øver 9.30-12.00	Flettasker og skåle 9.30-14 v/ Ulla	Canasta kl. 10-12	
		Spansk v/ Jette 13.30-15.30		Tysk konversation 14 - 16	
Remisen	Togklub Værksted efter aftale	Togklub Værksted efter aftale	Togklub Værksted efter aftale	Togklub Værksted efter aftale	
Kagekøkken					
Fløjen	Vi spiller Bridge kl. 9.30-12	Bridge for begyndere 10.00 - 12.00 v. Elmer		Fransk for begyndere 10.00 - 12.00 v/ Marianne. Studiekreds 13-15 v/Karin	Seniorfisk 1. fredag 10-12 v. Mogens
	Blomsterbinding Hver anden uge v. Lene 10-12		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 24. april 16.00-19.00 Nordstjerneskolens Grønmad 17. april Seniorfisk kontakt Mogens
	Gåholdet Aktivitetspladsen afventer nyt hold				
	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. 515,00 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 vakt din interesse, så kom og vær med.

Vi glæder os til at se DIG.