

Program Aktivcenter Ullerslev

juli 2024



Der serveres formiddagskaffe kl. 10.00 og
eftermiddagskage kl. 14.15

MANDAG 1. JULI	
Kl. 9.30	Træning for herrer.
Kl. 10.00	Formiddagskaffe og småkage.
Kl. 10.00	Træning ved Anny
Kl. 10.30	Kreativt værksted.
Kl. 10.30	Bustur ud i det blå (aflyst)
Kl. 10.30	Træværksted med vores træmænd.
HUSK AT VI LUKKER KL. 12.30	
TIRSDAG D. 2. JULI	
Kl. 10.00	Morgenkaffe og småkage.
Kl. 10.30	Stolegymnastik
Kl. 12.45	Studiekreds (aflyst)
Kl. 12.45	It hold (aflyst)
Kl. 12.45	Spil og kreativt værksted
Kl. 14.15	Eftermiddagskaffe og kage.
ONSDAG D. 3. JULI	
Kl. 10.00	Morgenkaffe og småkage.
Kl. 10.30	Selvtræning, gå-hold.
Kl. 10.30	Træværksted med vores træmænd.
Kl. 10.30	Spil og hygge
Kl. 12.45	Kortspillet L' Hombré
Kl. 12.45	Spil og hygge med Marianne
Kl. 14.15	Eftermiddagskaffe og kage

<p>TORSDAG D. 4. JULI</p> <p>Kl. 10.00</p> <p>Kl. 10.00</p> <p>Kl. 10.30</p> <p>Kl. 10.30</p> <p>Kl. 12.45</p> <p>Kl. 12.45</p> <p>Kl. 12.45</p> <p>Kl. 14.15</p>	<p>Morgenkaffe og småkage.</p> <p>Træning ved Anny.</p> <p>Bustur ud i det blå</p> <p>Stolegymnastik (aflyst)</p> <p>Kortspil</p> <p>Øl spil med Eva.</p> <p>Krolf</p> <p>Eftermiddagskaffe og kage</p>
<p>FREDAG D. 5. JULI</p> <p>Kl. 9.30</p> <p>Kl. 10.00</p> <p>Kl. 10.00</p> <p>Kl. 10.30</p> <p>Kl. 13.00</p> <p>Kl. 14.15</p>	<p>Træning for herrer</p> <p>Franskbrød og ost</p> <p>Bagning</p> <p>Selvtræning</p> <p>Banko (husk tilmelding)</p> <p>Eftermiddagskaffe og kage</p>
<p>MANDAG D. 8. JULI</p> <p>Kl. 9.30</p> <p>Kl. 10.00</p> <p>Kl. 10.00</p> <p>Kl. 10.30</p> <p>Kl. 10.30</p> <p>Kl. 10.30</p>	<p>Træning for herrer.</p> <p>Formiddagskaffe og småkage.</p> <p>Træning ved Anny.</p> <p>Kreativt værksted</p> <p>Bustur ud i det blå (aflyst)</p> <p>Træværksted med vores træmænd.</p> <p>HUSK AT VI LUKKER KL. 12.30</p>
<p>TIRSDAG D. 9. JULI</p> <p>Kl. 10.00</p> <p>Kl. 10.30</p> <p>Kl. 12.45</p> <p>Kl. 12.45</p> <p>Kl. 12.45</p> <p>Kl. 14.15</p>	<p>Morgenkaffe og småkage.</p> <p>Stolegymnastik</p> <p>Studiekreds med Stig (aflyst)</p> <p>It hold (aflyst)</p> <p>Spil og kreativt værksted</p> <p>Eftermiddagskaffe og kage</p>
<p>ONSDAG D. 10. JULI</p> <p>Kl. 10.00</p> <p>Kl. 10.30</p>	<p>Morgenkaffe og småkage.</p> <p>Selvtræning, gå-hold.</p>

Kl. 10.30 Kl. 12.45 Kl. 12.45 Kl. 14.15	Træværksted med vores træmænd. Spil og hygge med Marianne. Kortspillet L' Hombré Eftermiddagskaffe og kage.
TORSDAG D. 11. JULI Kl. 10.00 Kl. 10.00 Kl. 10.30 Kl. 10.30 Kl. 12.45 Kl. 12.45 Kl. 12.45 Kl. 13.30	Morgenkaffe og småkage. Træning ved Anny. Bustur ud i det blå Stolegymnastik (aflyst) Kortspil Krolf Øl spil med Eva. Isvafler på terrassen (husk tilmelding)
FREDAG D. 12. JULI Kl. 9.30 Kl. 10.00 Kl. 10.00 Kl. 10.30 Kl. 12.45 Kl. 14.15	Træning for herrer Franskrød og ost Sommerbrunch (husk tilmelding) Selvtræning Sommerhygge Eftermiddagskaffe og kage
MANDAG 15. JULI Kl. 9.30 Kl. 10.00 Kl. 10.00 Kl. 10.30 Kl. 10.30 Kl. 10.30	Træning for herre Formiddagskaffe og småkage. Træning ved Anny. Kreativt værksted Bustur ud i det blå (aflyst) Træværksted med vores træmænd. HUSK AT VI LUKKER KL. 12.30
TIRSDAG D. 16. JULI Kl. 10.00 Kl. 10.30 Kl. 10.30 Kl. 12.45 Kl. 12.45	Morgenkaffe og småkage. Morgensang og spil Stolegymnastik Studiekreds med Stig (aflyst) Spil og kreativt værksted

KL. 14.15	Eftermiddagskaffe og Kage
ONSDAG D. 17. JULI	
KL. 10.00	Morgenkaffe og småkage.
KL. 10.30	Morgensang og spil
KL. 10.30	Selvtræning, gå-hold.
KL. 10.30	Træværksted med vores træmænd.
KL. 10.30	Spil og hygge
KL. 12.45	Kortspillet L' Hombré
KL. 12.45	Spil og hygge med Marianne
KL. 14.15	Eftermiddagskaffe og kage
TORSDAG D. 18. JULI	
KL. 10.00	Morgenkaffe og småkage.
KL. 10.00	Træning ved Anny.
KL. 10.30	Bustur ud i det blå
KL. 10.30	Stolegymnastik (aflyst)
KL. 12.45	Kortspil
KL. 12.45	Krolf
KL. 12.45	Øl spil med Eva.
KL. 14.15	Eftermiddagskaffe og kage
FREDAG D. 19. JULI	
KL. 9.30	Træning for herrer
KL. 10.00	Franskbrød og ost
KL. 10.30	Selvtræning.
KL. 12.30	Bustur ud i det blå med kaffe og kage (husk tilmelding)
KL. 12.45	Sommerhygge
KL. 14.15	Eftermiddagskaffe og kage
MANDAG D. 22. JULI	LUKKET HELE DAGEN
TIRSDAG D. 23. JULI	
KL. 10.00	Morgenkaffe og småkage.
KL. 10.30	Stolegymnastik
KL. 12.45	Studiekreds med Stig (aflyst)
KL. 12.45	It hold (aflyst)

Kl. 12.45 Kl. 14.15	Spil og kreativt værksted Eftermiddagskaffe og kage
ONSDAG D. 24. JULI Kl. 10.00 Kl. 10.30 Kl. 10.30 Kl. 10.30 Kl. 10.30 Kl. 12.45 Kl. 12.45 Kl. 14.15	Morgenkaffe og småkage. Selvtræning, gå-hold. Træværksted med vores træmænd. Kongespil Spil og hygge Kortspillet L' Hombré Spil og hygge med Marianne Eftermiddagskaffe og kage
TORSDAG D. 25. JULI Kl. 10.00 Kl. 10.00 Kl. 10.30 Kl. 10.30 Kl. 12.45 Kl. 12.45 Kl. 12.45 Kl. 14.15	Morgenkaffe og småkage. Træning ved Anny. Bustur ud i det blå Stolegymnastik (aflyst) Kortspil Krolf Øl spil med Eva. Eftermiddagskaffe og kage
FREDAG D. 26. JULI Kl. 9.30 Kl. 10.00 Kl. 10.30 Kl. 12.45 Kl. 14.00	Træning for herrer Franskbrød og ost Selvtræning. Sommerhygge Eftermiddagskaffe og kage
MANDAG D. 29 JULI	LUKKET HELE DAGEN
TIRSDAG D. 30. JULI Kl. 10.00 Kl. 10.30 Kl. 12.45 Kl. 12.45 Kl. 12.45 Kl. 14.15	Morgenkaffe og småkage. Stolegymnastik Studiekreds med Stig (aflyst) It hold (aflyst) Spil og kreativt værksted Eftermiddagskaffe og kage

ONSDAG D. 31. JULI	
Kl. 10.00	Morgenkaffe og småkage.
Kl. 10.30	Morgensang og spil
Kl. 10.30	Selvtræning, gå-hold.
Kl. 10.30	Træværksted med vores træmænd.
Kl. 10.30	Kongespil
Kl. 10.30	Spil og hygge
Kl. 12.45	Kortspillet L' Hombré
Kl. 12.45	Spil og hygge med Marianne
Kl. 14.15	Eftermiddagskaffe og kage

Ret til ændringer i månedsplanen forbeholdes

Program Aktivcenter Ullerslev

august 2024



Der serveres formiddagskaffe kl. 10.00 og
eftermiddagskage kl. 14.15

TORSDAG D. 1. AUGUST Kl. 10.00 Kl. 10.00 Kl. 10.30 Kl. 10.30 Kl. 12.45 Kl. 12.45 Kl. 12.45 Kl. 14.15	Morgenkaffe og småkage. Træning ved Anny. Bustur ud i det blå Stolegymnastik (aflyst) Kortspil Øl spil med Eva. Krolf Eftermiddagskaffe og kage
FREDAG D. 2. AUGUST Kl. 9.30 Kl. 10.00 Kl. 10.00 Kl. 12.45 Kl. 14.15	Træning for herrer Franskbrød og ost Selvtræning Sommerhygge Eftermiddagskaffe og kage
MANDAG D. 5. AUGUST	LUKKET HELE DAGEN
TIRSDAG D. 6. AUGUST Kl. 10.00 Kl. 10.30 Kl. 12.45 Kl. 12.45 Kl. 12.45	Morgenkaffe og småkage. Stolegymnastik Studiekreds med Stig (aflyst) It hold (aflyst) Spil og kreativt værksted

KL. 14.15	Eftermiddagskaffe og kage
ONSDAG D. 7. AUGUST	
KL. 10.00	Morgenkaffe og småkage
KL. 10.30	Morgensang og spil
KL. 10.30	Selvtræning, gå-hold.
KL. 10.30	Træværksted med vores træmænd.
KL. 10.30	Kongespil
KL. 12.45	Spil og hygge med Marianne.
KL. 12.45	Kortspillet L' Hombré
KL. 14.15	Eftermiddagskaffe og kage.
TORSDAG D. 8 AUGUST	
KL. 10.00	Morgenkaffe og småkage.
KL. 10.00	Træning ved Anny.
KL. 10.30	Bustur ud i det blå
KL. 10.30	Stolegymnastik (aflyst)
KL. 12.00	Vi griller pølser på terrassen (husk tilmelding)
KL. 12.45	Kortspil
KL. 12.45	Krolf
KL. 12.45	Øl spil med Eva.
KL. 14.15	Eftermiddagskaffe og kage
FREDAG D. 9. AUGUST	
KL. 9.30	Træning for herrer
KL. 10.00	Franskbrød og ost
KL. 10.00	Bagning
KL. 10.30	Selvtræning
KL. 13.00	Banko (husk tilmelding)
KL. 14.15	Eftermiddagskaffe og kage
MANDAG 12. AUGUST	
KL. 9.30	Træning for herre
KL. 10.00	Formiddagskaffe og småkage.
KL. 10.00	Træning ved Anny.
KL. 10.30	Kreativt værksted
KL. 10.30	Bustur ud i det blå

KL. 10.30	Træværksted med vores træmænd. HUSK AT VI LUKKER KL. 12.30
TIRSDAG D. 13. AUGUST KL. 10.00 KL. 10.30 KL. 10.30 KL. 12.45 KL. 12.45 KL. 13.15 KL. 14.15	Morgenkaffe og småkage. Kreativt værksted Stolegymnastik Studiekreds med Stig (aflyst) Spil og kreativt værksted Sundhedscafé Eftermiddagskaffe og Kage
ONSDAG D. 14. AUGUST KL. 10.00 KL. 10.30 KL. 10.30 KL. 10.30 KL. 12.45 KL. 12.45 KL. 14.15	Morgenkaffe og småkage. Selvtræning, gå-hold. Træværksted med vores træmænd. Spil og hygge Kortspillet L' Hombré Spil og hygge med Marianne Eftermiddagskaffe og kage
TORSDAG D. 15. AUGUST KL. 10.00 KL. 10.00 KL. 10.30 KL. 10.30 KL. 12.45 KL. 12.45 KL. 12.45 KL. 14.15	Morgenkaffe og småkage. Træning ved Anny. Bustur ud i det blå (aflyst) Stolegymnastik Kortspil Krolf Øl spil med Eva. Eftermiddagskaffe og kage
FREDAG D. 16. AUGUST	Sommerhustur kl. 10.00 (husk tilmelding) AC LUKKET PGA SOMMERHUSTUR
MANDAG D. 19 AUGUST KL. 9.30 KL. 10.00	Træning for herrer. Formiddagskaffe og småkage.

Kl. 10.00 Kl. 10.30 Kl. 10.30 Kl. 10.30	Træning ved Anny. Kreativt værksted Bustur ud i det blå Træværksted med vores træmænd. HUSK AT VI LUKKER KL. 12.30
TIRSDAG D. 20 AUGUST Kl. 10.00 Kl. 10.30 Kl. 12.45 Kl. 12.45 Kl. 14.15	Morgenkaffe og småkage. Stolegymnastik Studiekreds med Stig It hold Eftermiddagskaffe og kage
ONSDAG D. 21 AUGUST Kl. 10.00 Kl. 10.30 Kl. 10.30 Kl. 10.30 Kl. 10.30 Kl. 12.45 Kl. 12.45 Kl. 14.15	Morgenkaffe og småkage. Morgensang og spil Selvtræning, gå-hold. Træværksted med vores træmænd. Spil og hygge Kortspillet L' Hombré Spil og hygge med Marianne Eftermiddagskaffe og kage
TORSDAG D. 22. AUGUST Kl. 10.00 Kl. 10.00 Kl. 10.30 Kl. 10.30 Kl. 12.45 Kl. 12.45 Kl. 12.45 Kl. 14.15	Morgenkaffe og småkage. Træning ved Anny. Bustur ud i det blå Stolegymnastik Kortspil Krolf Øl spil med Eva. Eftermiddagskaffe og kage
FREDAG D. 23. AUGUST Kl. 9.30 Kl. 10.00 Kl. 10.30	Træning for herrer Franskbrød og ost Selvtræning.

KL. 12.00	Sommerfest (husk tilmelding)
MANDAG D. 26 AUGUST	
KL. 9.30	Træning for herrer.
KL. 10.00	Formiddagskaffe og småkage.
KL. 10.00	Træning ved Anny.
KL. 10.30	Kreativt værksted
KL. 10.30	Bustur ud i det blå
KL. 10.30	Træværksted med vores træmænd.
	HUSK AT VI LUKKER KL. 12.30
TIRSDAG D. 27. AUGUST	
KL. 10.00	Morgenkaffe og småkage.
KL. 10.30	Stolegymnastik
KL. 12.00	TØSEFROKOST (husk tilmelding)
KL. 12.45	Studiekreds med Stig (aflyst)
KL. 12.45	It hold (aflyst)
ONSDAG D. 28. AUGUST	
KL. 10.00	Morgenkaffe og småkage.
KL. 10.30	Selvtræning, gå-hold.
KL. 10.30	Træværksted med vores træmænd.
KL. 10.30	Spil og hygge
KL. 12.45	Kortspillet L' Hombré
KL. 12.45	Spil og hygge med Marianne
KL. 14.15	Eftermiddagskaffe og kage
TORSDAG D. 29. AUGUST	
KL. 10.00	Morgenkaffe og småkage.
KL. 10.00	Træning ved Anny.
KL. 10.30	Bustur ud i det blå
KL. 10.30	Stolegymnastik
KL. 12.45	Kortspil
KL. 12.45	Krolf
KL. 12.45	Øl spil med Eva.
KL. 14.15	Eftermiddagskaffe og kage

FREDAG D. 30. AUGUST	
KL. 9.30	Træning for herrer
KL. 10.00	Franskbrød og ost
KL. 10.30	Selvtræning.
KL. 10.30	Sjov & Glad fredag (husk tilmelding)
KL. 14.00	Eftermiddagskaffe og kage

Ret til ændringer i månedsplanen forbeholdes