



Kolding Kommunes Brugerstyrede

Aktivitetshuse



**Kolding
Kommune**
en del af trekantområdet

Vi designer livet

Velkommen

20 brugerstyrede aktivitetshuse byder seniorerne i Kolding Kommune velkommen!

Aktivitetshusene er rammen om mange forskellige aktiviteter. Kulturelle arrangementer, fællesspisninger, kreative og fysiske udfoldelser, hobbyer, inspirerende foredrag, udflugter og meget mere.

Aktivitetshusene drives af en lang række frivillige, og det er også dem, som står for alle de spændende aktiviteter.

Du kan også blive en del af det dejlige fællesskab i aktivitetshusene - og få glæde af godt selskab og smittende livsglæde.

Vi glæder os til at se dig i de brugerstyrede aktivitetshuse. Ønsker du mere information, er du altid velkommen til at kontakte aktivitetskonsulenterne på tlf. 5152 6004 eller 2332 9110.

Venlig hilsen



Søren Rasmussen
Seniorudvalgsformand



Basagerhus, Nr. Bjertvej 89, Nr. Bjert

Aktivitetshuset Basagerhus har en masse gode tilbud som kan benyttes både inden- og udendørs. Gennem de mange forskellige aktiviteter, der tilbydes, er der opstået et godt fællesskab og dannet gode netværk.

Vi tilbyder forskelligartede aktiviteter, hvor man både kan få rørt sig f.eks. til gymnastik eller krolf.

Du kan også deltage i oplæsning, IT-undervisning, banko eller knipling.

Desuden har vi madklubber og du altid er velkommen til at kontakte Basagerhus, vi er klar med en kop kaffe til dig.

Basagerhus har et samarbejde med foreningen "Basagerhus Venner", der har en bus til rådighed.

Aktiviteter:

- Gymnastik
- Madklub
- Bankospil
- Knipling/kreativ
- Slægtsforskning
- IT

Kontaktoplysninger:

Bent Laursen

Telefon: 42336008

Mail: basagerhus@gmail.com



Svinget, Hechtsvej 5, Viuf

I aktivitetshuset Svinget mødes vi til både aktive, sociale, lærerige og hyggelige aktiviteter. Der er mulighed for at deltage i lige præcis det, man gerne vil. En gang om ugen afholdes der f.eks. socialt samvær, hvor vi mødes og laver netop det, vi har lyst til. Det kan være alt lige fra håndarbejde til spil og kaffehygge.

Desuden afholdes der hele året rundt forskellige madarrangementer såsom fællesspisning, madlavning for mænd og smørrebrødsfredage.

Vi har forskellige udflugter rundt omkring i landet.

I vintersæsonen er IT-undervisning populær, hvor der tilbydes undervisning for både begyndere og letøvede.

I sommersæsonen spilles der krolf. I Svinget tager vi gladeligt imod nye interesserede, og du kan altid kontakte os eller komme forbi.

Aktiviteter:

- Kreativ/håndarbejde
- Træværksted
- Madlavning
- IT
- Stolegymnastik
- Fredags smørrebrød
- Socialt samvær
- Kortspil

Kontaktoplysninger:

Else Christiansen

Telefon: 20 82 51 80

Mail: else.christiansen@gmail.com



Munkensdam, Tøndervej 102, Kolding

Aktivitetshuset Munkensdam har til huse på Munkensdam Plejecenter.

Vi tilbyder alle seniorer som er selvhjulpne til at komme og deltage i vores aktiviteter og arrangementer. Du kan hver uge deltage i stolegymnastik og almindelig gymnastik, dans, sang og musik. Vi afholder også bankospil med fine gevinster.

Har du lyst til at bevæge dig, er der mulighed for at spille krolf samt at tage på "cykelture" på motionscyklen.

Derudover arrangeres der jule- og påskefrokost og andre årstidsarrangementer.

Cafeteriet har åbent året rundt og her tilberedes dejlig mad som kan spises i den hyggelige cafe eller tages med hjem.

Hvis du har andre interesser eller nye ideer til aktiviteter, så lad os sammen

finde ud af, hvad vi kan igangsætte. Vi glæder os til, at du kontakter os.

Aktiviteter:

- Spil og "leg"
- Krolf
- Stolegymnastik
- Motionscykling
- Banko
- Gudstjeneste/andagt
- Musik/sang

Kontaktoplysninger:

Lis Hansen

Telefon: 61 70 52 34

Mail: lismollon@gmail.com



Aktivitetshuset Centrum, Vestergade 3, Almind

I vores Aktivitetshus Centrum har vi liv og glade dage med masser af tid til hygge og socialt samvær.

En gang om måneden er der for eksempel morgenkaffe om søndagen, og hver onsdag afholdes der et arrangement, der kan indebære alt lige fra sang og musik til foredrag. Vi mødes til fællesspisning med underholdning en gang om måneden, tager på spændende udflugter sammen, som afsluttes med en kop kaffe i Centrum.

Variationen af aktiviteter er stor og mottoet er; hvad vi ikke har, kan vi få – bare vi hjælper hinanden!

Fællesskabet, den gode stemning og muligheden for at hygge sig sammen med andre seniorer, er alle årsager til, at Aktivitetshuset Centrum bruges flittigt af mange.

Aktiviteter:

- Aktiviteter
- Sang/musik
- Kortspil
- Stolegymnastik/kroif
- Fællesspisninger
- Stolegymnastik
- It-undervisning
- Foredrag
- Banko
- Kreativt

Kontaktoplysninger:

Henny Jakobsen

Telefon: 50 95 19 77

Mail: engedal2@stofanet.dk

Hjemmeside: Centrum6051almind.dk



Paletten, Norgesvej 6, Kolding

I Aktivitetshuset Paletten har vi flotte, lyse og moderne lokaler.

Vi lægger vægt på det gode samvær og på de kulturelle aspekter ved seniorlivet. Her har vi "gang i den", så du har mulighed for at deltage i mange forskellige aktiviteter, ligesom vi tager på udflugter som indeholder noget for enhver smag. På alle hverdage kan du købe din varme mad i cafeteriet, hvor du også kan købe maden og tage med hjem.

Vi mødes også til vores populære fredagsarrangementer og til lørdags "spis-sammen dage".

Kig ind og du vil blive taget godt i mod.

Aktiviteter:

- Banko
- Hyggeeftermiddage med kortspil
- Stolemotion
- Kreativgruppe
- Foredrag
- Gudstjenester
- Udflugter
- Sang og underholdning

Kontaktoplysninger:

Bodil Sørensen

Telefon: 40 75 56 64

Mail: boghss.rylevej16@privat.dk



Midtgaarden, Nicolaiplads 10, Kolding

På Midtgaarden er vores motto: Her går vi livet kulør og hinanden humør!

Hvis du følger vores farvestrålende skilte, finder du mange spændende ting på Midtgaarden. Via det grønne skilt kommer du til kaffestuen og aktivitetslokale.

Her kan du hyggesnakke, spille spil, lave nørklerier, deltage i livshistorie cafeen, spise lørdags frokost etc.

Via blå skilt finder du værksteder, hvor du kan arbejde kreativt med håndarbejde, maling, glasarbejde, træ m.m.

Via det røde skilt finder du vores store sal, hvor du kan spille banko, lave stolegymnastik, synge, lytte til foredrag m.m.

Vi er tilhængere af frisk luft og mange har glæde ved at spille krolf om sommeren, ligesom nogle går stavgang eller går en tur sammen med andre.

Der findes også et cafeteria på Midtgaarden, hvor alle pensionister kan nyde maden i dejlige lyse lokaler

eller tage maden med hjem.

Du er meget velkommen til at komme på besøg – kaffen er klar! Lad os snakke om hvad du har lyst til at deltage i eller hvad vi sammen skal igangsætte af nye ting.

Aktiviteter:

- Banko
- Krolf/motion/stolegymnastik
- "Gå en tur"
- Udendørs skak
- Datastue
- Samvær/hyggestue/livshistorie cafe
- Kreativitet: Glas, knipling, billedkunst, porcelæn /træarbejde
- Syng dig glad

Kontaktoplysninger:

Hanne Lind

Telefon: 20 66 90 46

Mail: lindhanne49@gmail.com

Hjemmeside: kolding.dk/Midtgaarden



Aktivitetshuset, Storegade 3, Lunderskov

I Aktivitetshuset Storegade i Lunderskov har vi mange forskellige aktiviteter, som du er velkommen til at komme og benytte.

Vores søndagsmiddage hvor der bydes på hjemmelavet mad er meget populære.

Vi følger med tiden: du kan f.eks. få hjælp til IT og er du en mand, kan du også deltage på madlavningshold for mænd.

Har du lyst, er du velkommen til at træne i vores motionslokale, hvor du kan få instruktion af fysioterapeut.

Du kan også styrke din viden gennem foredrag og interessegrupper.

Vi vægter fællesskabet højt i et uhøjtideligt og munter atmosfære.

Kom endelig og besøg os!

Vi er klar med en kop kaffe, viser og fortæller gerne, om alle de muligheder du har her.

Aktiviteter:

- Søndagsmiddage
- Gymnastik/fitness rum
- Underholdning/sanggruppe
- Foredrag/litteraturgruppe
- Madlavning
- Udflugter
- Kortspil/bridge

Kontaktoplysninger:

Ejner Hansen

Telefon: 28 74 40 43

Mail: hanserikph@gmail.com



Toftegården, Hovedgaden 28, Jordrup

Kom og vær med! Du finder vores "aktivitetshus" i et lokale som vi har til rådighed på Plejecenteret Toftegården. Vi afholder mange spændende og hyggelige aktiviteter og vægter den gode stemning meget højt.

Du kan deltage i gymnastik som selvfølgelig afsluttes med kaffe og fællessang. Derudover kan du deltage i et ugentligt kortspil, hyggelige gåture og forskellige kreative aktiviteter.

Månedligt arrangeres der foredrag, fester og udflugter, hvor du har mulighed for hyggeligt samvær.

Du bydes hjertelig velkommen og har du andre interesser end de nævnte, kan vi sammen prøve at "få det på benene". - Vel mødt!

Aktiviteter:

- IT
- Stolegymnastik/gåture
- Kreativt
- Udflugter
- Foredrag
- Sang/musik/underholdning
- Årstidsarrangementer

Kontaktoplysninger:

Karen Vejen

Telefon: 42 22 18 26

Mail: karen@vejen-jensen.dk



Toften, Kirkely 24, Bramdrupdam

På Toften byder vi dig velkommen til vores dejlige aktivitetshus, hvor vi sammen skaber den hyggelige stemning krydret med en god og positiv humor.

Du har mulighed for at deltage i aktiviteter som er særdeles alsidige.

Uanset om du er til forskellige fysiske aktiviteter, kreative eller sociale, så er her noget for enhver smag.

Du kan f.eks. lave håndarbejde, ting i træværkstedet, deltage i den sociale cafe, lære nyt i Multimediale værkstedet eller deltage i udflugter.

Vi mødes også ofte til arrangementer som kan være spændende foredrag, sang og musik m.m.

Intet er så godt som at mødes omkring et godt måltid! Det har du mulighed for dagligt på Toften ligesom ved de fornøjelige fællesspisninger.

Hvis du har ønsker om andre aktiviteter,

er vi meget åbne for at "gå nye veje".

Du skal endelig kontakte os eller kig ind – vi glæder os til at byde dig velkommen!!

Aktiviteter:

- Stolegymnastik
- Formiddagssang
- Billedskæring
- Knipling/strikke
- Banko
- Social cafe
- Krolf
- Wii spil/ billard
- "Udlån af bøger"

Kontaktoplysninger:

Telefon: 75 56 82 19

Mail: toften@toftenbramdrupdam.dk

Hjemmeside: toftenbramdrupdam.dk



Stepping Midtpunkt, Nørreallé 1, Stepping

Det sociale samvær er i højsædet i Stepping Midtpunkt. Vi vægter det sociale og fællesskabet, det handler om at komme sammen med andre og hygge sig.

Vi har mange spændende og forskellige aktiviteter som f.eks. foredrag, kortspil, kreative dage med håndarbejde, sommerudflugter og middage med underholdning.

Derudover har Midtpunkt en krolf-klub som alle er velkommen til at blive medlem af.

Vi er meget interesseret i at medvirke til at få aktiviteter i gang og vi lytter meget gerne til dine ideer.

Aktiviteter:

- Foredrag
- Musik underholdning/foredrag
- Spis sammen
- Kortspil
- Udflugter
- Krolf
- Håndarbejde

Kontaktoplysninger:

Karen Posselt

Telefon: 74 56 82 48

Mail: karenmposselt@gmail.com



Lokalcenter Taps, Ødisvej 22, Taps

Lokalcenter Taps er et hyggeligt og åbent sted at komme for seniorer. Her tilbydes der aktiviteter som underholdning, foredrag samt en årlig udflugt. Aktivitet/underholdning er typisk musik, sang og foredrag. Foredragene spænder vidt og der er noget til enhver smag og interesse. Vi har også en meget aktiv krolfklub hvor vi mødes og spiller flere gange om ugen i sommerhalvåret. Er det noget for dig eller har du lyst til at høre mere er du velkommen til at kontakte os.

Aktiviteter:

- Banko
- Musik
- Foredrag
- Krolf
- IT
- Årstidsfester
- Udflugter

Kontaktoplysninger:

Ingrid Bodholdt
Telefon: 20 41 35 16
Mail: ingridbodholdt@gmail.com



Seniorhuset, Skolegade 10, Christiansfeld

Vi har i Seniorhuset mange aktiviteter under et tag, både sociale og kulturelle. Seniorhuset benyttes af mange forskellige foreninger og indholdet spænder vidt.

Vi byder f.eks. på sang, foredrag, banko, kurser, kortspil, modeshow, fester og kaffe/kagekomsammen.

Vi har to store hold til gymnastik, så er det noget for dig at få kroppen rørt, er her en god mulighed.

Desuden har vi hvert år en spændende udflugt i fælles bus arrangeret af Seniorhuset.

Vi holder jævnligt underholdning med musik og fælles maddage hvor der spises rigtig god mad.

Til jul holder vi julemarked med mange udstillere og salg af fine ting til jul.

Aktiviteter:

- Stoelegymnastik
- Banko
- Kaffe/kage hygge
- Kreativ
- Underholdning
- Udflugt

Kontaktoplysninger:

Lise Vinther

Telefon: 20 42 13 45

Mail: lisevinther@stofanet.dk

Hjemmeside: seniorhuset.dk



Oasen, Bavnehøj 177, Vester Nebel

Aktivitetshuset Oasen er et sted med masser af liv og glade dage. Her kan du opleve mange forskellige aktiviteter, og mulighederne er store for at finde noget, der lige passer til dig. Kom og prøv et spil kort eller billard. Hvis du er til at få rørt kroppen så deltag i aktiviteter som linedanse, gymnastik eller bowling. Du kan også være med i læsekrede og har du brug for hjælp til IT så hjælper vi også gerne med det i Oasen. Desuden arrangeres der udflugter og forskellige fester hvor der bydes på god og hjemmelavet mad. Du er meget velkommen til at komme forbi og høre mere.

Aktiviteter:

- Krolf
- Petanque
- Billard
- Bowling
- Stavgang
- Gymnastik
- Madlavning
- Læsekrede

Kontaktoplysninger:

Bent Holst
Telefon: 23 88 60 39
Mail: holstdalv@gmail.com
Hjemmeside: nevling.dk



Lindely, Lindegade 2, Vamdrup

På Lindely arrangeres der hver dag et bredt udvalg af spændende og hyggelige aktiviteter. Vi tilbyder blandt andet: stolegymnastik, banko, bridge, madlavning og sang. Derudover tilbyder vi forskellige håndarbejds- og håndværkshold som: knipling, strikkeklub og træarbejde.

På Lindely er der en café, hvor der er mulighed for at købe dagens middag og dessert samt kaffe og andet godt fra mandag til fredag.

Der arrangeres løbende underholdning, og foredrag og der mulighed for at deltage i de årlige udflugter.

På Lindely er der et selvtrænings lokale du er velkommen til at benytte efter instruktion af fysioterapeut.

Vi har det gode sociale samvær i fokus - alle er velkomne, og der tages godt imod nye deltagere.

Har du lyst til at høre mere er du velkommen hos os.

Aktiviteter:

- Madlavning M/K hold
- Sang
- Banko
- Krolf
- Underholdning musik/foredrag
- Stolegymnastik
- Træværksted
- Ølbrygning

Kontaktoplysninger:

Birthe Svendsen

Telefon: 28 83 21 53

Mail: henry.svendsen@stofanet.dk

Hjemmeside lindelybruger.dk



Kløverhuset, Kløvervej 12, Kolding

Aktivitetshuset Kløverhuset arrangerer en masse gode aktiviteter og oplevelser. Af aktiviteter kan blandt andet nævnes det månedlige sildebord, som er meget populært.

Her bydes på rigeligt mad og drikke og godt humør.

Der afholdes hver uge bankospil med gavevinster.

Vi har sangcafé ledsaget af klavermusik samt et ugentligt cafemøde som vi kalder "Den søde tand", hvor der blandt andet bliver serveret kaffe og Baileys.

I forbindelse med Kløverhuset er der et motionsrum til selvtræning.

Her findes en masse gode træningsmaskiner som du kan benytte dig af efter instruktion af fysioterapeut.

I caféen serveres alle ugens dage en varm ret og dessert, ligesom der er mulighed for at tage mad med hjem.

Aktiviteter:

- Bankospil
- Social cafe
- Gymnastik
- Sildefrokost
- Sang
- Stolegymnastik

Kontaktoplysninger:

Jytte Vad

Telefon: 30 43 22 48

Mail: albreco@gmail.com



Olivenhaven, Munkevænget 10, Kolding

Olivenhavens aktivitetshus har mange forskelligartede aktiviteter. Har du lyst til socialt samvær, og har du lyst til at involvere dig i aktiviteter for seniorer, så er du mere end velkommen. Der tilbydes mange forskellige aktiviteter i alt såsom sølvarbejde, banko, glasarbejde, træsløjd eller syning bare for at nævne nogle af de ting vi har gang i. Desuden holder vi af at feste med underholdning og musik. Vi har også flere hold til IT og der er plads til dig hvis du har lyst at være med.

I cafeteriet serveres dagligt varme retter og der kan købes mange forskellige former for brød, der er også mulighed for at købe mad med hjem.

Der er endvidere et stort og indbydende selvtræningslokale som kan benyttes efter instruktion af fysioterapeut.

Aktiviteter:

- Nørkle/kreativ/blomsterbinding
- Datastue
- Motion
- Korsang
- Madlavning for mænd
- Fest og underholdning.
- Værksteder

Kontaktoplysninger:

Jette Petersen
Telefon: 29 84 65 88
Mail: brugerradet@olivenhaven.dk
Hjemmeside: olivenhaven.dk



Lærkebo, Sjølund Gade 28, Sjølund

På Lærkebo kan alle seniorer få glæde af de forskellige aktiviteter som tilbydes. Der er blandt andet mulighed for at motionere, lave mad, spille spil, spille banko eller høre de spændende foredrag som afholdes. Det sociale samvær vægtes højt, og her er der altid kaffe på kanden og tid til en snak. Her er kaffesamtaler og en hyggelig stemning. Det gælder ikke mindst under den årlige julefrokost hvor mange finder vej.

Vi har også altid en årlig udflugt eller to med fælles bus og undervejs spiser vi på en hyggelig kro.

Hold øje med vore arrangementer i den lokale Brugs i Sjølund. Er det noget for dig så tag endelig kontakt, og vi er klar til at afprøve nye ideer.

Aktiviteter:

- Bankospil
- Stolemotion
- Madlavning
- Kaffe hygge
- Foredrag
- Sy og strik

Kontaktoplysninger:

Olga Jacobsen

Telefon: 75 57 41 05

Mail: katharinajacobsen@yahoo.dk



Hejls Gl. Skole, Hejlslandevej 20, Hejls

På Hejls Gl. Skole mødes seniorer til hyggelige og sociale aktiviteter. Her spiller vi f.eks. kort, billard og Wii spil. Vi hygger, strikker og har mange andre kreative ting.

Vi vægter det sociale og fællesskabet med masser af snak over en kop kaffe.

Vi har et stort M/K hold der laver stolegymnastik ledsaget af dejlig musik og glade smil.

Desuden afholder vi forskellige arrangementer i form af foredrag og musik. Vi tager også på sommerudflugter med en fælles bus.

Vi har en særlig aktivitet kun for mænd, nemlig madlavning.

Har du brug for hjælp i den digitale verden står der frivillige klar til at hjælpe.

Vi tager gladeligt imod nye ideer til aktiviteter og du er velkommen til at komme forbi og høre mere.

Aktiviteter:

- Kortspil
- Billard
- Underholdning
- Fælles spisning
- Stolegymnastik
- Udflugter

Kontaktoplysninger:

Else Kjer

Telefon: 23 30 46 21

Mail: annahuset3@gmail.com



Catolhavegyden 19, Vonsild

På Catolhavegyden har vi på forskellig vis "meget gang i den" og er til masser af fælles godt samvær.

Det kan f.eks. være hyggeomiddag med en lille spids til, "nørklerier" med god snak, fællesspisninger med god mad, sang, musik og højt humør.

Du har også mulighed for at holde dig i form, ved at deltage i fysiske aktiviteter som foregår både inde og ude.

Vi har blandt andet et fitnesslokale som kan benyttes.

Du kan også komme til foredrag og flere gange årligt tager vi i samlet trop på udflugter, hvor vi udforsker spændende og interessante steder. I det hele taget har vi det meget hyggeligt og vi glæder os til at byde dig velkommen.

Hvis vi ikke har noget der matcher dine interesser, kan vi i fællesskab skabe det.

Du er meget velkommen til at komme forbi - vi har kaffe på kanden!

Aktiviteter:

- Stole gymnastik/stavgang
- Fitness
- Strikkeklub/kreativt
- Banko
- Fællesspisninger/årstidsarrangementer
- Foredrag
- Kurser

Kontaktoplysninger:

Britta Adsbøl

Telefon: 20 82 79 03

Mail: headsbol@gmail.com



Bjert Aktivitetshus Vesterløkke 10, Sdr Bjert

I Bjert er der mulighed for at få tiden til at gå og hygge sig.

Vi mødes til håndarbejde ved en ugentlig strikkecafé.

Der er mulighed for at få rørt kroppen ved gulv-curling eller stavgang.

Desuden nyder mange brugere også at mødes over et spil kort, og vi afholder banko én gang om måneden, hvor alle er velkomne, både de konkurrence- og snakkelystne.

Én gang om året tager vi på udflugt og oplever naturen og spiser på en hyggelig kro.

Du kan altid komme med forslag til nye aktiviteter og vi har kaffen klar til dig.

Aktiviteter:

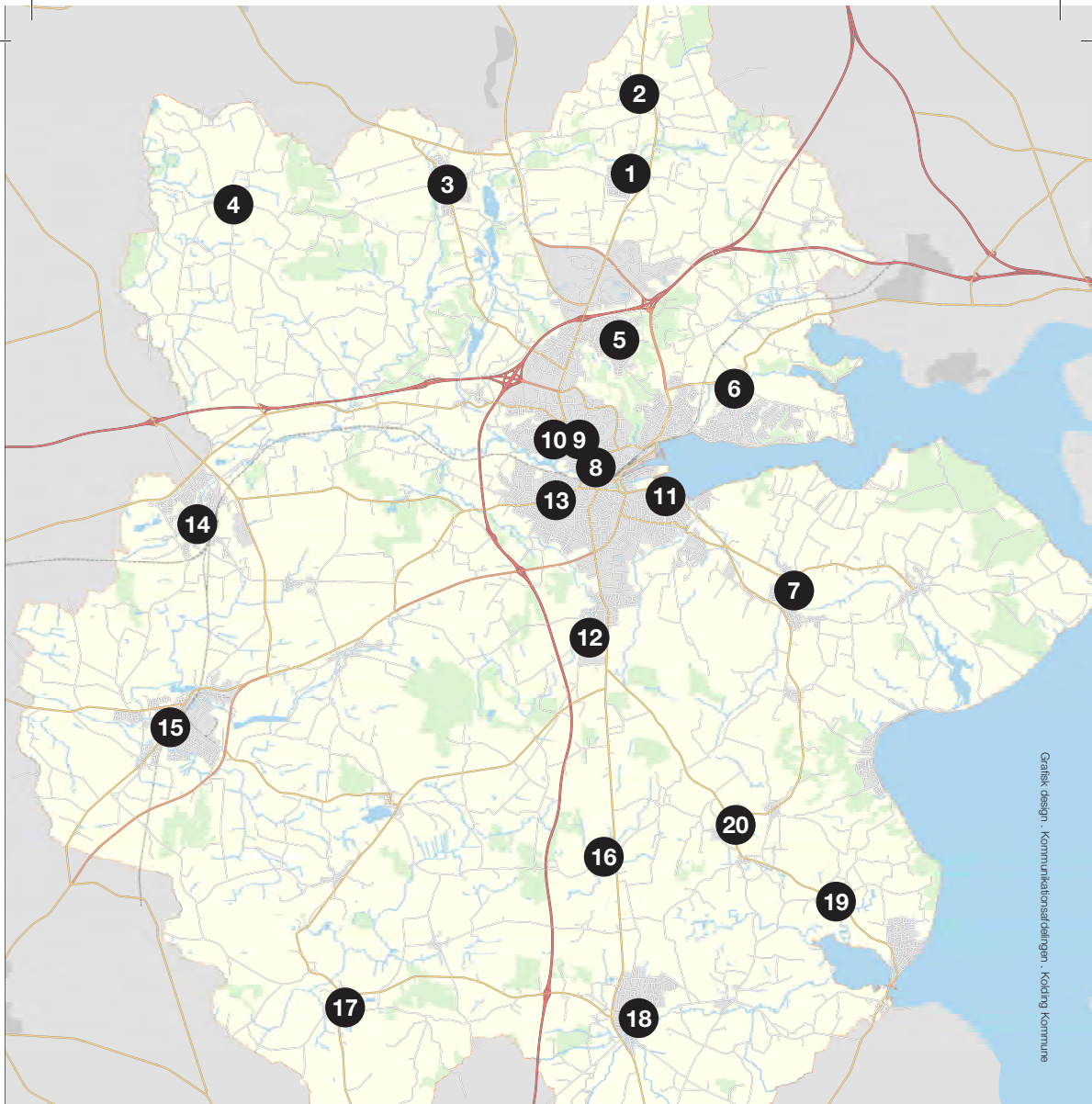
- Banko
- Kortspil
- Curling
- Udflugt
- Strikkecafe

Kontaktoplysninger:

Jørn Petersen

Telefon: 22 80 40 90

Mail: joern.petersen@privat.dk



- | | |
|---|--|
| 1. Centrum, Vestergade 3, Almind | 11. Kløverhuset, Kløvervej 12, Kolding |
| 2. Svinget, Hechtsvej 5, Viuf | 12. Catolhavegyden 19, Vonsild |
| 3. Oasen, Bavnehøj 177, V. Nebel | 13. Munkensdam, Tøndervej 102, Kolding |
| 4. Toftegården. Hovedgaden 28, Jordrup | 14. Huset, Storegade 3, Lunderskov |
| 5. Toften, Kirkely 24, Bramdrupdam | 15. Lindely, Lindegade 2, Vamdrup |
| 6. Basagerhus, Nr. Bjertvej 89, Kolding | 16. Lokalcenter Taps, Ødisvej 22, Taps |
| 7. Aktivitetshuset Bjert, Vesterløkke 10, Bjert | 17. Stepping Midtpunkt, Nørre Alle 1, Stepping |
| 8. Midtgården, Nicolaiplads 10, Kolding | 18. Seniorhuset, Skolevej 10, Christiansfeld |
| 9. Paletten, Norgesvej 6, Kolding | 19. Hejls gl. Skole, Hejls Landevej 20, Hejls |
| 10. Olivenhaven, Munkevænget 10, Kolding | 20. Lækkebo, Sjølund Gade 28, Sjølund |