



Hvad mon de byder på i Maj?

Aktivitetstret Bording:

Mail: brugerradet.bording@gmail.com



Hjemmeside:
dck-bording.dk

Maj:

01. Sangformiddag	kl. 09.30
14. Netcafé og kontortid	kl. 09.30
20. Banko	kl. 13.30
22. Kreadag	kl. 13.00

Banko!!

I salen.
Den 20. maj.
Kl. 13.30 - 16.00
Husk lige at medlemskort er nødvendigt, der kan også købes gæstekort til kr. 15.



Motionsrummet!!

Fysioterapeut:
Lotte Gilkrog
Træffes onsdag
den 21 maj
For vejledning
Kl. 08.00 - 09.30



Aktivitetscenter
Bording



Program for
2025 - 2026



**Den gule folder
2025-2026 er klar,
den er vedhæftet her,
men kan også
afhentes ved
brugerkontoret.**

Sangformiddag!!

I Salen.
Den 01. maj
Kl. 09.30 - 11.00
Med lidt tid til den medbragte kaffe:
Pris. 10 kr.



Kreadag!!

Den 22. maj
Kl. 13.00 - 16.00
Der arbejdes med mange forskellige aktiviteter.
Hyggesnak og selvfølgelig kaffe der kan købes for 10 kr.
Dagen er tænkt som ren afslapning .

Aktivitetstret Bording

Stolegymnastik starter op igen efter ferien se de nye tider i den gule folder 2025-2026.

I SALEN
På AKTIVITETSCENTERET.
KL. 14 - 15
med efterfølgende kaffe - PRIS 10 kr.

Ældresagen har udgivet et træningsprogram, der hedder: "Træn dig glad"
Motion er godt for alle - uanset alder og fysisk form.



Det er et siddende og ét stående program.



Det er vigtigt, at vi gør, det vi kan, selvom kræfterne måske ikke rækker så langt.

Øvelserne vises på storskærm i et tempo vi alle kan være med i med dejlig musik til.

Det er Stina Bavnhøj, der instruerer programmet.



Man skal blot have et Medlemskort til Aktivitetscenter Bording

eller et af de andre Aktivitetscentre i Ikast-Brandekommune - det koster 150 kr. for 2025.

Brugerrådet den 7. januar 2025

Netcafé og kontortid!!

Den 14. maj.
Kl. 09.30 - 11.00
i brugerrummet.
I netcafen kan der hentes hjælp til et problem, du står med her og nu omkring et arbejde du vil udføre på Pc, iPad eller Tablet. f.eks. Mit ID, Borger.dk, søgning på hjemmesider eller hvad du har brug for.
Ingen tilmelding.



Yoga!!

I salen:

Tilmelding:

Kontakt:

Jonna Laursen
Tlf. 40729249

Instruktør og leder af aktiviteten er den dygtige
HEIDI HOLGAARD

