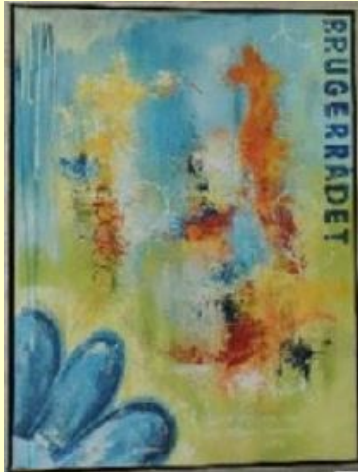


Aktivitetscenter Bording

"Den Gule Folder"



Aktivitetscenter Bording

Hvis du ikke kan flyve - så løb
Hvis du ikke kan løbe - så gå
Hvis du ikke kan gå - så kravl
Hvad du end gør - så bliv ved
med at bevæge dig fremad.

Program for 2025 - 2026



Hvilke spændende ting
gemmes der her
i 2025/2026.



Aktivitetscenterets program for

2025

August: UGE 32 - Aktiviteterne starter op

05. Åbenthus arrangement	kl.14.00
07. Sangformiddag	kl. 09.30
11. Stolegymnastik	kl. 14.00
13. Netcafé og kontortid	kl. 10.00
19. Banko	kl. 13.30
25. Stolegymnastik	kl. 14.00
28.Kreadag	kl. 13.00

September:

04. Sangformiddag	kl. 09.30
08. Stolegymnastik	kl. 14.00
10. Netcafé og kontortid	kl. 10.00
11. Yoga	kl. 9.00 og 10.15
17. Høstfest - Optimisterne	kl. 18.00
22. Stolegymnastik	kl. 14.00
23. Banko	kl. 13.30
18. Yoga	kl. 9.00 og 10.15
25. Yoga	kl. 9.00 og 10.15
25. Kreadag	kl. 13.00

Oktober:

02. Sangformiddag	kl. 09.30
06. Stolegymnastik	kl. 14.00
08. Netcafé og kontortid	kl. 10.00
08. Danmark spiser sammen (kun inviterede).	kl. 12.00
09. Yoga	kl. 9.00 og 10.15
20. Stolegymnastik	kl. 14.00
21. Banko	kl. 13.30
23. Yoga	kl. 9.00 og 10.15
30. Kreadag	kl. 13.00
30. Yoga	kl. 9.00 og 10.15

November:

03. Stolegymnastik	kl. 14.00
05. Højskoleeftermiddag	kl. 14.00
06. Sangformiddag	kl. 09.30
12. Netcafé og kontortid	kl. 10.00
13. Yoga	kl. 9.00 og 10.15
17. Stolegymnastik	kl. 14.00
18. Andespil-Banko	kl. 13.30
20. Yoga	kl. 9.00 og 10.15
27. Kreadag	kl. 13.00
29. Julestue	kl. 10.00

December:

04. Sangformiddag i Dagghjemmet	kl. 09.30
10. Julefrokost	kl. 12.00
10. Netcafé og kontortid	kl. 10.00
16. Julebanko m/æbleskiver	kl. 13.30

Aktivitetscenterets program for

UGE 02 - Aktiviteterne starter op

2026

Januar:	05. – 09. Salg af medlemskort kun formiddag	
	08. Sangformiddag	kl. 09.30
	12. Stolegymnastik	kl. 14.00
	14. Aftentur til Dilling - fyld bilerne op	kl. 19.00
	14. Netcafé og kontortid	kl. 10.00
	15. Yoga	kl. 9.00 og 10.15
	22. Yoga	kl. 9.00 og 10.15
	20. Banko	kl. 13.30
	26. Stolegymnastik	kl. 14.00
	29. Yoga	kl. 9.00 og 10.15
	29. Kreadag	kl. 13.00

Februar:		
	05. Sangformiddag	kl. 09.30
	09. Stolegymnastik	kl. 14.00
	11. Netcafé og kontortid	kl. 10.00
	17. Banko	kl. 13.30
	19. Yoga	kl. 9.00 og 10.15
	23. Stolegymnastik	kl. 14.00
	26. Yoga	kl. 9.00 og 10.15
	26. Kreadag	kl. 13.00

Marts:		
	04. Højskoleeftermiddag	kl. 14.00
	05. Sangformiddag	kl. 09.30
	09. Stolegymnastik	kl. 14.00
	11. Netcafé og kontortid	kl. 10.00
	12. Yoga	kl. 9.00 og 10.15
	19. Yoga	kl. 9.00 og 10.15
	23. Stolegymnastik	kl. 13.30
	24. Banko	kl. 13.30
	26. Yoga	kl. 9.00 og 10.15
	26. Kreadag	kl. 13.00

April:		
	01. Påskemarked	kl. 10.00
	08. Generalforsamling	kl. 14.00
	09. Sangformiddag	kl. 09.30
	15. Netcafé og kontortid	kl. 10.00
	20. Stolegymnastik	kl. 14.00
	21. Banko	kl. 13.30
	30. Kreadag	kl. 13.00

Maj:		
	07. Sangformiddag	kl. 09.30
	13. Netcafé og kontortid	kl. 10.00
	19. Banko	kl. 13.30
	28. Kreadag	kl. 13.00

Juni:		
	03. Højskoledag på Hjul	kl. 08.00
	04.. Sangformiddag	kl. 09.30
	10. Netcafé og kontortid	kl. 10.00
	23. Banko	kl. 13.30



Juli: FERIE

Velkommen til aktiviteterne på

Aktivitetscenter Bording

Priserne på og tilmelding til arrangementerne

vil blive oplyst ved opslag på Aktivitetscenter Bording, Vision Bording, Bording By kalender, opslag i byen og vores Hjemmeside:

<https://dck-bording.dk>

Tilmelding til NYHEDSBREV se hjemmesiden.

Man skal have et **AKTIVITETSMEDLEMSKORT** til 150,- kr. (det gælder et kalenderår) for at gøre brug af aktiviteterne og arrangementerne på Aktivitetscenter Bording. Medlemskortet kan bruges i alle Aktivitetscentre i Ikast-Brande Kommune-

Medlemskort til billard eller motion koster også 150,- kr. og krolf koster 50,- kr. for et kalenderår.

Der kan på enkelte hold opkræves et mindre beløb til evt. kopiering og materialer. Det aftales med TOV-HOLDERENE PÅ HOLDENE.

Forbeholder os ret til ændringer i programmet



Faste ugentlige aktiviteter.

2025 UGE 32 - Aktiviteterne starter op

2026 UGE 02 - Aktiviteterne starter op

Mandag:	Engelsk	kl. 09.30
	Stolegymnastik lige uger	kl. 14-15.
	Billard - hele dagen	
	Motionsrummet - hele dagen	
Tirsdag:	Mulighed for alle slags spil	kl. 09.30
	Banko 2. sidste tirsdag i mdr.	kl. 13.30
	Træarbejde, drejning m.m.	kl. 09.00
	Billard - hele dagen	
	Motionsrummet - hele dagen	
Onsdag:	Bob - formiddag	kl. 09.00
	Netcafé/kontortid 2. onsdag i mdr.	kl. 10.00
	Kortfremstilling m/mere	kl. 13.30
	Krolf	kl. 14.00
	Billard - hele dagen	
Torsdag:	Motionsrummet - hele dagen	
	Sangformiddag 1.torsdag i mdr.	kl. 09.30
	Kortspil (whist m. m.).	kl. 09.30
	Yoga (nyt efterår 8 gange)	Kl. 09.00 og 10.15
	Kreadag forsk. Aktiviteter Sidste torsdag i mdr	kl. 13.00
	Male/tegne torsdag i LIGE uger	kl. 13.00
	Keramik/Raku Ulige uger	Kl. 13.00
	Billard - hele dagen	
Fredag:	Motionsrummet - hele dagen	
	Bob - formiddag	kl. 09.00
	Motionscenter åben til kl. 12.00	
Søndag:	Billard - åben til kl. 12.00	
	Søndagscafé 1. søndag i Cafén på Kærmindeparken	
	7. September	14.30
	5. Oktober	14.30
	2. November	14.30
	2. December julecafe	14.30
	4. Januar	14.30
	1 Februar	14.30
	1. Marts	14.30

Brugerrådet byder alle
efterlønnere, pensionister,
førtidspensionister,
flex- og seniorjobbere

Velkommen

til



AKTIVITETER



på



Aktivitetscenter Bording



Hvis **IKKE** du finder det, du kunne tænke dig at deltage i, **SÅ** henvend dig til Brugerrådet eller læg et forslag i postkassen.

Brugerrådet kigger gerne på mulighederne for at finde nogen, der kan hjælpe med ønsket.

MEN - der skal gerne være et lille hold, for at det kan lade sig gøre.

Det er meget sandsynligt, der er flere, der går med samme ønsker som dig.



ÅBENT HUS

I AKTIVITETCENTER BORDING

ALLE ER VELKOMMEN

Kom og oplev alt det, vi har at byde på i
AKTIVITETCENTER BORDING!

Dato: Tirsdag 5. august kl. 14.00 - 16.00

Der vil være:

- Rundvisning i centeret
- Præsentation af vores aktiviteter
- Gratis pølse og brød fra grillen.
- Kaffe, øl og vand kan købes - 10 kr. pr. stk.
- Mulighed for at prøve nogle af aktiviteterne og møde frivillige og medlemmer på centeret



Uanset om du er nysgerrig overvejer at blive frivillig eller bare har lyst til en hyggelig eftermiddag så kig forbi. Det er gratis og vi glæder os til at se dig.

Brugerrådet på Aktivitetscenteret

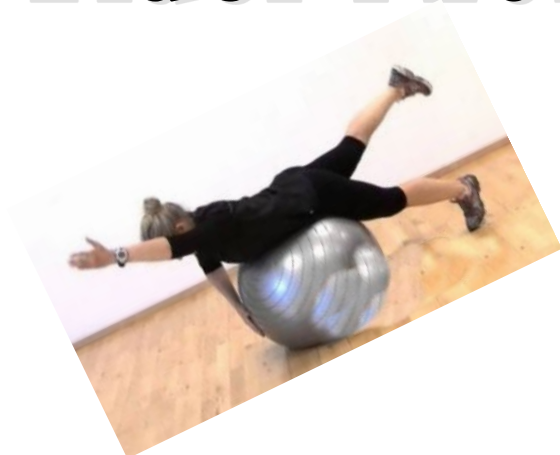
Motionscenteret

Vejledning af Lotte

Statsautoriseret fysioterapeut
Lotte Gilkrogs tider i motionscenteret
på
AKTIVITETSCENTER BORDING
ONSDAG kl. 08.00 - 09.30



Tider i 2025



20. August
10. September
22. Oktober
12. November
10. December

Tider i 2026



14. Januar
18. Februar
18. Marts
15. April
13. Maj
17. Juni

Kreadage



Aktivitetscenter
Bording

på Aktivitetscenter
Bording

SIDSTE TORSDAG I MÅNEDEN
KL. 13.00 - 16.00

2025

28.08

25.09

30.10

27.11



2026

29.01

26.02

26.03

30.04

28.05

FERIE

HVAD menes der med **Kreadag**. Det er mange forskellige former for aktiviteter f.eks. strikkesøj, patchwork, knipling, strømpetrolde/-nisser, ler, quilling, kortspil eller andre spil, papirklip, kortfremstilling, perlesyning, orkis m.m.

Hyggesnak og selvfølgelig:

kaffe 10 kr. og kaffe m/brød 20 kr

Alle ideer er velkomne. Dagen er tænkt som ren afslapning med hyggesnak og smil. Det er altid dejligt at grine sammen med andre.

NY start med projekt ler og brænding heraf.
At være kreativ er en positiv indstilling til livet.



Plus mange andre sjove ideer

Brugerrådet 2025 - 2026



**ONSDAG DEN 17. SEPTEMBER 2025
KL. 18.00 MED SPISNING**

AFTENENS STORE UNDERHOLDER ER:

der består af :

Optimisterne

5 Gæve gutter, der kommer fra Gl. Ry. De vil underholde os med små fortællinger, sang og musik efter maden.

De er fem glade amatører, som elsker musik. De kaster sig gladelig over alle mulige genrer, efter mottoet: »Det kan kun blive bedre«.



Pris: 130,- kr. for medlemmer og 160,- kr. ikke medlemmer

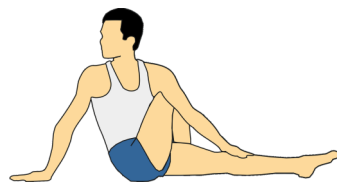
Fortæring: smørrebrød, kaffe æble/sveskekage og småkager.

Tilmelding:

1. Opslagstavlen Aktivitetscenter Bording
2. Hjemmesiden: www.dck-bording.dk
3. Email: brugerraadet.bording@gmail.com



Alle er velkomne



YOGA

efterår 2025 og forår 2026



Instruktør og leder af aktiviteten er den dygtige **HEIDI HOLGAARD**, der ejer Pignus, Bredgade i Bording.

Der er afsat 8 gange i efteråret 2025

Der er afsat 8 gange i Vinter/forår 2026

Hold 1: 09.00-10.00 (henv. Til Jonna Laursen)

Hold 2: 10.15-11.15 (henv. Til Jonna Laursen)

Medbring et liggeunderlag.

Datoer YOGA 2025 og 2026



HARALD NYBORG KR. 49,-

Efterår 2025

September: 11. 18. og 25.

Oktober: 09., 23. og 30.

November: 13. og 20.

Pris: 400,- kr.

Vinter/Forår 2026

Januar: 15., 22. og 29.

Februar: 19. og 26.

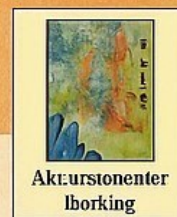
Marts: 12., 19. og 26.

Pris: 400,- kr.

Aktiviteten foregår i Salen på
Aktivitetscenter Bording

HØJSKOLEEFTERMIDDAG

på Aktivitetscenter Bording



Russiske børn på ferie i Danmark

Foredrag ved Ove Bach

Onsdag den 5. november 2025

Kl. 14.00 – 16.00

Pris: 50,- kr

Inkl. kaffe og kage

Alle er velkomne.

Ove Bach fortæller den bevægende historie om de mange russiske børn, han for år tilbage har hentet og kørt på ferie i Danmark - væk fra svære kår og krigstraumer og ind i trygge danske hjem fyldt med nærvær, varme og fællesskab.

Et øjeblik i en særlig side af europæisk historie - og i den frivillige indsats, som gør en forskel for både børn og værtsfamilier.

Tilmeldingsfrist: 31. oktober

- på opslagstavlen på Aktivitetscenter Bording
- online hjemmeside: www.dck-Bording.dk,
- Email: brugerraadet.bording@gmail.com

JULESTUE



Aktivitetscenter
Bording

på



Aktivitetscenter
Bording

Aktivitetscenter Bording

Lørdag den 29. november 2025

kl. 10.00 - 13.00



Der kan købes:

Juledekorationer og meget mere i boderne.

Kaffe/gløgg og vafler 25,- kr.

Amerikansk lotteri 5 kr. pr. lod (2 præmier pr. serie).

(Helst kontanter)

Skærslipperen kommer også - Mikael Würtz

Alle er velkomne



Hygge-aftentur til Dilling i Sunds

(Det gamle ANKY)



Onsdag den 14. januar 2026 kl. 19:30

Vi fylder bilerne op -



Og kører fra Aktivitetscenter Bording kl. 19.00

Aktivitetscenter Bording inviterer til en spændende aften hos DILLING – en familieejet virksomhed med over 100 års passion for uld og bæredygtige tekstiler.

Vi fylder bilerne og kører samlet til Sunds, hvor vi får en rundvisning og et foredrag med direktør Morten Dilling (4. generation) og hans far Villy Bertelsen (3. generation), som drev virksomheden i 48 år.

Det bliver en aften med indblik i DILLINGs historie, værdier og produktion – og mulighed for at se det hele med egne øjne.

Pris: 10 kr.

Der bydes på kaffe, kage og musikalsk indslag fra Villy, som valgte virksomheden frem for en karriere på Musikkonservatoriet – til sin fars store overraskelse.

Kom med bag kulisserne hos en virksomhed, der farver og forarbejder uld uden skadelig kemi, og som brænder for miljøvenligt og allergivenlig tøj i naturmaterialer.

Tilmeldingsfrist 12. januar: FØRST TIL MØLLE PRINCIP

1. Opslagstavlen Aktivitetscenter Bording
2. Hjemmesiden: www.dck-bording.dk
3. Email: brugerraadet.bording@gmail.com

ALLE ER VELKOMMEN



Aktivitetscenter
Bording

Brugerrådet den 1. MAJ 2025

Højskoleeftermiddag



i Salen på Aktivitetscenter Bording
onsdag 4. marts 2026
kl. 14.00 - 16.00



Kom til en hyggelig eftermiddag med skuespiller og fortælleren **Per Pallesen**, der vil underholde med historier, anekdoter og varme smil.

Foredraget byder på masser af fortællinger fra et eventyrligt sceneliv og anekdoter om elskede (og ikke-elskede) skuespiller-kolleger. Der har været flest lyse stunder i Per Pallesens liv, men et langt liv har naturligvis også budt på svære perioder – også det fortæller Pallesen ærligt om.

Pris: 75,- for medl. 95,- for IKKE medl.
Der serveres kaffe med hjemmebag.

Tilmeldingsfrist: **FREDAG DEN 27. FEBRUAR 2026**

- på opslagstavlen på Aktivitetscenter Bording
- online hjemmeside: www.dck-Bording.dk,
- Email: brugerraadet.bording@gmail.com

Alle er velkomne.



Brugerrådet den 01.10.2024

Sangformiddage på Aktivitetscenter Bording

KL: 9.30 - 11.00

Med lidt tid til den medbragte kaffe



2025

Juli FERIE

7. August
4. September
2. Oktober
6. November
4. December

2026

8. Januar
5. Februar
5. Marts
9. April
7. Maj
4. Juni

HØJSKOLE-
SANGBOGEN

Vi synger fra
Skiftes til at
komme med
forslag om san-
ge, vi gerne vil
synges.



Aktivitetscenter Bording

Kom og vær med til
STOLEGYMNASTIK
MANDAGE i lige uger 2025 - 2026
I SALEN

På AKTIVITETSCENTERET.
KL. 14 - 15
med efterfølgende kaffe (medbring selv brød) -
PRIS 10 kr.

Vi har det sjovt

Ældresagen har udgivet et træningsprogram, der hedder: "Træn dig glad"



Motion er godt for alle - uanset alder og fysisk form.

Dét er et siddende og ét stående program.

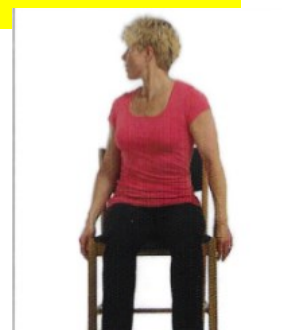
Det er vigtigt, at vi gør, det vi kan, selvom kræfterne måske ikke rækker så langt.

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-Brande kommune - det koster 150 kr. for 2025.



Vridning – rygsøjlen drejer om egen længde akse.

Brugerrådet den 12. marts 2025

Højskoledag på hjul 2026

ONSDAG DEN

3. JUNI 2026

**Afgang fra
Kærmindeparken
kl. 8.00**

HELDAGSTUR

Max. antal 54

Dagens program

**Bekendtgøres på opslagstavlen
og Nyhedsbrev,
når vi har den klar.**



**Aktivitetscenter
Bording**



**Søndagscafé er 1. SØNDAG i månederne
SEPTEMBER, OKTOBER, NOVEMBER
JANUAR, FEBRUAR OG MARTS KL. 14.30
ALLE er velkomne til at deltage - pris kr. 40,-**

Gudstjeneste på Kærmindeparken

Sidste TORSDAG i måneden kl. 10.30

BUS bestilles til Gudstjeneste senest dagen før og til Søndagscafé senest fredag kl. 12.00 på tlf. 8723 1904

Aktivitetscenter Bording

Brugerrådet:

Jonna Laursen, (JL)	40 72 92 49
Gerda Brøndum, (GB)	21 74 85 57
Grethe Kristiansen, (GK)	29 44 38 71
Per Villumsen, Medkasserer (PV)	22 44 19 14
Kenneth Lauritsen , (KL)	52 37 64 22
Margrethe Termansen (MT)	23 30 34 48
Else Cathrine Jakobsen (ECJ)	40 51 79 82
Svend Aage Lyng (SL)	42 79 98 81
Svend Erik Kristensen (SK)	26 96 59 66

Suppleanter Brugerråd

1. Anni Kristensen
2. Ove Bach
3. Villy Pedersen



**Aktivitetscenter
Bording**

Hjemmesiden:

<http://www.dck-bording.dk>

Email:

brugerraadet.bording@gmail.com

Kontortid

2. ONSDSAG i måneden kl. 10.00 – 11.30