

MØDESTEDET

Alle tilbud er for seniorer og tilrettelægges og afvikles af frivillige seniorer.
Ønsker du flere informationer kontakt os eller receptionen i Seniorhus Odense.

Har du ideer til nye aktiviteter, så kontakt os



Kirsten Nielsen

24 66 78 58
kgln@fwo.dk



Mogens Højstrup Sørensen

50 49 01 45
hojstrup2@gmail.com



Flemming Juel Thomsen

24 81 48 24
juel49@sol.dk



Carsten Myhr

40 30 97 80
myhr@nal-net.dk



Palle Holm Nielsen

23 98 09 55
dph@youmail.dk

Se hvad der sker i den kommende tid i Mødestedet – på www.seniorhusodense.dk – under "foreninger"

Til efteråret kommer der igen mange spændende foredrag

Læs mere her i brochuren eller på vores hjemmeside på www.seniorhusodense.dk

- Toldbodgade 5 • 5000 Odense C • Tlf. 51 777 366 •
- Mail: receptionen@seniorhus.dk • www.seniorhusodense.dk •
- CVR 35176241 • Bank: 1551-11303331 • MobilPay 47132 •



■ Mødestedet

Med aktuelle emner og spændende foredragsholdere.
Se de løbende aktiviteter på Seniorhusets hjemmeside

Kontakt Mødestedet hvis du har forslag ideer til nye spændende aktiviteter eller foredrag

Se kontaktinformationer på forsiden af folderen

■ Akvarelmaling

Slyngelstuen – tirsdag i ulige uger. Max. 12 deltagere.
Hold 1, kl. 10-12 – hold 2, kl. 13-15 – Interessegruppe for øvede og nybegyndere. Der vil være flere opstillinger at male efter.

• Hanne Ipsen • 41 82 13 16 • mbl@dronningegaarden.dk



■ Backgammon

Alle kan være med - begyndere, øvede og rutinerede

... så kom og få nogle hyggelige timer med backgammon.
Der spilles hver onsdag kl. 10-12.
Lokale: Vi mødes i Cafeen i Seniorhus Odense.

• Carsten Myhr • 40 30 97 80 • myhr@nal-net.dk



■ Ballroom Fitness

Hal 2 - onsdage i lige uger, kl. 12-13.

Pt. er der venteliste – kontakt Susanne for at blive skrevet op

Her behøver du ingen dansepartner og ingen dansekjole. Alt hvad der skal til er, at du skal være klar til at bruge dig selv og prøve en helt ny form for træning.

• Susanne Møller Duus • 26 71 25 75 • smduus@gmail.com



■ Billard

I Vandrehallen og i Seniorhus 2 står der helmatch billardborde, beregnet til keglebillard. Bordene kan også bruges til almindelig billard.

Åben: mandag-torsdag kl. 9-15, fredag kl. 9-12.

Mødestedet har fortrinsret alle dage.

- Palle Holm • 23 98 09 55 • dph@youmail.dk
- Jens Chr. Agger • 21 79 53 44 • agger@projektcare.dk



■ Bordtennis og dart

I Seniorhuset

Åben daglig kl. 9-15, kl. fredag 9-12.

- Mogens Højstrup • 50 49 01 45 • hojstrup2@gmail.com



Croquis

Pt. er der venteliste - kontakt Dorte for at blive skrevet op

Tegning efter nøgenmodel. Man skal selv have materialer – papir – blyant, tuch, kul med. 250.00 for et år – 8 gange, kl. 17-19.

- Dorte Busk Andersen • 22 17 17 76 • dorte.busk@icloud.com



■ Erindringsværkstedet

Et spændende projekt med gamle ting til inspiration,

For enden af gangen på 1. sal. Åben efter aftale.

- Kirsten Nielsen • 24 66 78 58 • kgln@fwo.dk
- Jytte Jørgensen • 40 27 62 90 •



■ Fortællerkreds

Mødelokale 2, 1. sal.

Mandag i ulige uger, kl. 12-14.

- Palle Holm • 23 98 09 55 • dph@youmail.dk



■ Frimaling i kælderen

Du medbringer selv pensler, maling og lærred. Maks. 6 pers.
Mandag kl. 10.00-14.00

• Helle Kjær Hede • 40 38 33 05 • hellekhede@gmail.com



■ Grafisk Værksted for seniorer

Kunstlokalet.

Hver tirsdag kl. 10-13. Der kan fremstilles ufatteligt flot materiale og alt foregår under kyndig vejledning af Elisabeth.

• Elisabeth Hockauf • 66 18 69 93 • ehockauf@live.dk



■ Kreativt håndarbejde

Mødelokale 2, 1. sal.

Mandag i lige uger, kl. 14-17.

• Anne Grete Thrane • 60 13 69 05 • a.e.thrane@gmail.com



■ KOL - kom til syng sammen

Fredage i ulige uger, kl. 11-13.

Lokale: Salen.

Syng med på "de kendte sange", få luft i lungerne og gang i det gode humør.

• Lone Stefansen • 53 14 36 34 • stefansenhansen@gmail.com

• Gunnar Hansen • 28 56 32 52 • stefansenhansen@gmail.com

Holdet er
desværre
overtegnet, men
kontakt Lone for
at komme på
ventelisten



■ Kortspil diverse

Hver mandag kl. 10-12, i mødelokale 1, her spiller vi "Lige ud"

I lige uger mandag kl. 9.30-11.30, i mødelokale 2, her spiller i "West" også andre spil efter ønske.

• Frede Andersen • 30 13 50 67 • fya@nal-net.dk



■ Line Dance i hal 2

Hver onsdag kl. 10:30-11:30 og hver 2. onsdag ulige uger, kl. 12-13. Linedance er en rigtig sjov dans - uden partner. Alle kan være med, begyndere, let øvede, damer og herrer.

• Inge Ekholm Gaardsted • 24 60 11 23 • ingegaardsted@gmail.com



■ Læsekreds 1

Mødelokale 2, fredage kl. 10-12.
Program og datoer – Se hjemmesiden

• Kirsten Jonasson • 61 67 11 41 • kirsten.jonasson52@gmail.com



■ Læsekreds 2 og 3

Lokale: Mødelokale 2, torsdage kl. 10-12.

Læsekreds 2: se hjemmesiden

Læsekreds 3: se hjemmesiden

• Kaj Therkelsen • 30 25 77 99 • kajtherkelsen@gmail.com



■ Madlavning i Caféen

Torsdag i ulige uger, kl. 15.30-19.00.
Deltagerne skiftes til diverse arrangementer

• Frede Jensen • 21 37 65 95 • feikj@mail.dk



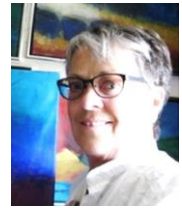
■ Malepaletten

Kunstlokalet, max. 12 deltagere. Mandage, kl. 11-15

Interessegruppe for dig der maler. Vejledning og hjælp efter behov. Du skal selv medbringe alle materialer, men bordstaffeli er til rådighed.

www.joenstrup.dk - Facebook: bittenmærsk

• Bitten Mærsk Jønstrup • 50 14 22 90 • bitten@joenstrup.dk



■ Odense Pilgrimskreds

Formålet er at udbrede kendskabet til pilgrimsvandring og igangsætte relaterede aktiviteter.

Mødes efter nærmere aftale – følg med på hjemmesiden.

• Troels Beck • 20 66 26 49 • trbeck45@gmail.com

• Lis Hornemann • 28 73 18 15 • lishornemann@gmail.com



■ Odense SeniorRevy/Teater

Vi øver hver mandage kl. 13-17.

Pt. er der venteliste - kontakt Lone eller Kirsten for at blive skrevet op

Kontakt Lone eller Kirsten for yderligere information.

• Lone Stefansen • 53 14 36 34 • stefansenhansen@gmail.com

• Kirsten Nielsen • 24 66 78 58 • kgln@fwo.dk



■ Mandehjørnet

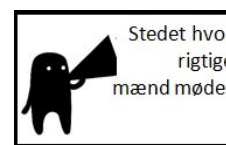
Vi mødes jævnligt, min. 1 gang i måneden

• Erik Hindkjær • 20 27 18 48 • erikh@aehae.dk

• Ole Jørgensen • 60 60 15 14 • olejorgensen@yahoo.dk

Vil du gerne med i Mandehjørnet, så skriv din tilmelding til

Mail: mandehjoernet@seniorhus.dk



■ Keramikværkstedet

Pt. er der venteliste - kontakt Per for at blive skrevet op

Åben hver torsdag fra kl. 10.00-13.00

• Per Jensen • 65 34 13 38 • hanne0809@hotmail.com



■ Odin JazzBand - vi spiller Jazz og Swing

Hal 2. Hver tirsdag, kl. 12-16.

Alle interesserede er meget velkomne, du skal dog kunne spille et egnet instrument. Kontakt gerne nedenstående. Du er også velkommen til at komme og høre os spille.

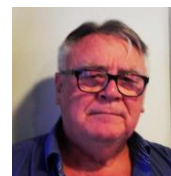
Orkesterleder:

• Niels Erik Thornhøj • 29 31 69 31 • thornhoej@hotmail.com

Trompetist og vokal:

• Poul Helge Hansen • 61 79 20 69 • hanneogph@stofanet.dk

Trommer: • Bent Larsen • 60 49 23 93 • bentermlarsen@gmail.com



■ Petanque banen

Åben hver dag i husets åbningstid:

mandag til torsdag kl. 9-15, fredag kl. 9-12.

• Carsten Myhr • 40 30 97 80 • myhr@nal-net.dk

• Ole Andersen • 22 87 14 39



■ Qi Gong

Pt. er der venteliste - kontakt Jette for at blive skrevet op

Hal 2: Hold 1 – hver tirsdag kl. 10:00-11:00.

Hal 2: Hold 2 – hver torsdag kl. 10:00-11:00.

Hal 2: Hold 3 – hver torsdag kl. 11:30-12:30.

• Jette Thorsager • 22 81 14 11 • thorsager@outlook.com

• Bent Thorsager • 24 85 97 56 • thorsager@outlook.com



■ Studiekreds - Identitetsgruppe

Mødelokale nr. 2 - Onsdage fra kl. 10.00-12.00

min rolle er mest som tovholder og koordinator af studiekredsen

• Kaj Therkelsen • 30 25 77 99 • kajtherkelsen@gmail.com



■ Tegne og Male aktivitet

Kunstlokalet –

Pt. er der venteliste - kontakt Yonna for at blive skrevet op

Hold 1 – torsdag kl. 9-12.

Hold 2 – torsdag kl. 13-16.

• Yonna Tornehave • 26 84 43 23 • ytornehave@kalnet.dk



■ Yoga

Pt. er der venteliste – kontakt Mette for at blive skrevet op

Mødelokale nr. 1 - Mandag kl. 12.00-13.00

Medbring egen yogamåtte og 1-2 tæpper. Bedst med tætsiddende yogabukser og løs bluse.

• Mette Merlin Husted • 60 61 43 02 • mettehusted@outlook.com



Har du ideer til nye aktiviteter, så kontakt os



**Kirsten
Nielsen**

24 66 78 58
kgln@fwo.dk



**Mogens
Højstrup
Sørensen**

50 49 01 45
hojstrup2@gmail.com



**Flemming
Juel
Thomsen**

24 81 48 24
juel49@sol.dk



**Carsten
Myhr**

40 30 97 80
myhr@nal-net.dk



**Palle
Holm
Nielsen**

23 98 09 55
dph@youmail.dk

