

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

Formand
40 30 97 80
myhr@nal-net.dk



Palle Holm Nielsen

Kasserer
23 98 09 55
dphpost@gmail.com

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

19. nov. kl. 10.00-12.00, Museumsinspektør Svendborg Museum, Nils Waldorff – Livet i Det Sydfynske Øhav før og nu.

4. dec. kl. 13.00-15.00, Julekoncert med Odins Jazzband, krydret med 2 små foredrag. Pris incl. æbleskiver, gløgg og kaffe, kr. 35.00

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

■ 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



MØDESTEDET

■ 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 • dphpost@gmail.com
- Jens Chr. Agger • 21 79 53 44 • agger@projektcare.dk



■ Bordtennis

I Seniorhus 2

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 3 i Seniorhus 2

Mandag i ulige uger, kl. 12-14.

- Palle Holm • 23 98 09 55 • dphpost@gmail.com

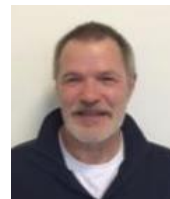


■ Grafisk Værksted for seniorer

Kunstlokalet.

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

• Steen B. Frantzen • 60 28 25 02 • steen.frantzen@gmail.com



■ Kreativt håndarbejde

Slyngelstuen

Mandag i lige uger, kl. 14-17.

• Lilian Jensen • 60 66 93 95 • lilianerikjensen@gmail.com
• Karen Margrethe Yssing • 51 34 56 55 • kmy@youmail.dk



■ 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.

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

• Lone Stefansen • 53 14 36 34 • stefansenhansen@gmail.com
• Gunnar Hansen • 28 56 32 52 • stefansenhansen@gmail.com



■ 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



■ Kropsbevidsthed – afspænding og meditation

Tid: onsdag: 14. nov. 16. jan. 2019 - 20. febr. 20. marts. 17. apr. 15. maj,
kl. 12.15-14.30

Salen for enden af den lange gang.

• Annalene Barfod • 20 22 76 18 •
annalene.barfod@et-hjoerne-af-paradis.dk



MØDESTEDET

■ Line Dance i hal 2

Hver onsdag kl. 10:30-11:30 (overtegnet) og hver 2. onsdag ulige uger, kl. 12-13. Her er der ledige pladser. 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 3, Seniorhus 2, sidste fredag i hver måned, kl. 10-12. Program og datoer – Se hjemmesiden

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



■ Læsekreds 2 og 3

Lokale: Mødelokale 3, Seniorhus 2, torsdage kl. 10-12. Max. 10 deltagere

Læsekreds 2: se hjemmesiden

Læsekreds 3: se hjemmesiden

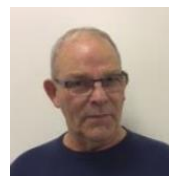
• Kaj Therkelsen • 30 25 77 99 • kajtherkelsen@gmail.com



■ Madlavning i Caféen

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

• Leif Pedersen • 61 67 00 18 • leifp39@gmail.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
Formand
40 30 97 80
myhr@nal-net.dk



Palle Holm Nielsen
Kasserer
23 98 09 55
dphpost@gmail.com

■ 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.



• Henning Knudsen • 20 16 75 26 • hkh_dk@hotmail.com

■ 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

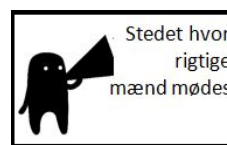


■ Mandehjørnet

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



MØDESTEDET

■ 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.

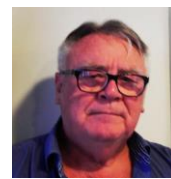
Orkesterleder:

• 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 • bentermmlarsen@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

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 • 25 71 39 26 • thorsager@outlook.com



■ Studiekreds - Identitetsgruppe

Mødelokale nr. 3, Seniorhus 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



■ Still going Strong - Orkester

Hal 2 – mandage kl. 10.00-12.00 efter nærmere aftale. Ring til kontaktpersoner og hør nærmere om datoer

- Mogens Petersen • 40 30 11 23 • Lotte.mogens@nal-net.dk
- Henrik Rasmussen • 24 65 21 71 • her1409@hotmail.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

Formand
40 30 97 80
myhr@nal-net.dk



Palle Holm Nielsen
Kasserer

23 98 09 55
dphpost@gmail.com