



Toftebo Aktivitetscenter

PROGRAM

Sæson 2018 - 2019



Elmegade 32, Hammerum, 7400 Herning.
Tlf. 96 28 58 20

Pris: kr. 20,-

PRAKTISKE OPLYSNINGER	4
Kontaktoplysninger.....	4
Åbningstider og telefonnumre	4
MEDLEMSKAB OG TILMELDING TIL AKTIVITETER.....	5
Medlemskab	5
Tilmelding.....	5
Venteliste	5
Igangsætter / frivillige	6
Informationen.....	6
Materiale og brugerbetaling	7
Kørsel.....	7
Ryge regler	7
Parkerings regler.....	7
Lyngtotten	7
Caféen	8
AKTIVITETSOVERSIGT	9
”SPIS SAMMEN”.....	14
AKTIVITETSHOLD.....	15
KREATIVE AKTIVITETER.....	15
BRIDGE – introduktion NYHED.....	16
SPIL	17
SAMVÆR OG AKTIVITET.....	19
ARRANGEMENTER.....	22
FALDUDREDNING	24
TRÆNING.....	25
VISITEREDE HOLD	27
EDB	29
iPAD	31
MIN LIVSHISTORIE.....	32
ANDRE TILBUD OG AKTIVITETER.....	34
Bussen	34
Gudstjeneste	35
Daghjemmet	36
FRIVILLIGGRUPPER	37
RÅD OG UDVALG	39
Seniorråd	39
Centerråd.....	39
Besøg Toftebo Aktivitetcenters hjemmeside	42
EGNE NOTER	43
VIGTIGE DATOER – oversigt	44

Forsidebilledet: Trædrejning - En af de kreative aktiviteter
på Toftebo Aktivitetscenter – se side 16

Velkommen til Toftebo Aktivitetscenter



Toftebo Aktivitetscenter er områdets være- og levested for alle over 60 år, samt førtidspensionister bosiddende i Herning kommune.

Vores mål er at Toftebo Aktivitetscenter er stedet

- hvor hverdagslivet leves
- hvor der summer at liv og alle føler sig velkommen

Vores logo symboliserer livsglæde, masser af aktivitet både ude og inde, sammenhold og omsorg.

Vi håber, at vi med det store udbud af muligheder der præsenteres i vores program, vil kunne inspirere både nuværende og nye brugere af Toftebo Aktivitetscenter.

Centerrådet på Toftebo Aktivitetscenter byder alle hjertelig velkommen til en ny og spændende sæson.



PRAKTISKE OPLYSNINGER

Kontaktoplysninger

Toftebo Aktivitetscenter

Elmegade 32, Hammerum, 7400 Herning

Tlf.: 96 28 58 20 i Aktivitetscentrets åbningstid

Hjemmeside: www.toftebocentret.dk

E-mail: info@toftebocentret.dk

Facebook: Toftebo Aktivitetscenter

Åbningstider og telefontider

Åbningstider for	Ugedag	Tidsrum
Toftebo Aktivitetscenter	Mandag – torsdag	8.00 – 16.00
	Fredag	8.00 – 12.00
Caféen	Mandag - torsdag	9.00 – 15.30
	Fredag	9.00 – 12.30
Informationen	Mandag og fredag	9.30 - 10.30
	Tirsdag - torsdag	13.00-14.00
Daghjemmet	Mandag og fredag	9.30 - 12.00
	Tirsdag til torsdag	9.30 - 16.00

Telefontider for	Ugedag og tidsrum	Telefonnr.
Daghjemmet Birgitte Bak	Mandag- fredag 8.00-10.00	96 28 58 30
Fysioterapeut Marianne Østerby	I aktivitetscentrets åbningstid	96 28 58 34
Ergoterapeut Mette Fjord	I aktivitetscentrets åbningstid	96 28 58 35
Aktivitetskoordinator Pia Voetmann	I aktivitetscentrets åbningstid	21 19 45 30

MEDLEMSKAB OG TILMELDING TIL AKTIVITETER

Medlemskab

Brugere af Aktivitetscentret skal købe et medlemskab. Prisen er 410 kr. for en hel sæson.

Man kan der ud over tilkøbe medlemskab (lokal medlemskab) til et af kommunens andre aktivitetscentre eller huse. Prisen for et lokal medlemskab er 102,50 kr.

Medlemskab kan købes via vores hjemmeside eller i Informationen fra torsdag den 16. august.

Når halvdelen af sæsonen er gået dvs. 15. februar er betalingen for medlemskab halv pris dvs. for fuldt medlemskab 205 kr. og for et lokal medlemskab 51 kr.

Tilmelding

Tilmelding til aktivitetshold gøres via vores hjemmeside www.toftebocentret.dk eller i Informationen fra torsdag den 23. august kl. 09.00.

Hvis du er i tvivl om, hvordan du tilmelder dig, kan du se vejledning på vores hjemmeside, se Lyngtøtens juni udgave eller hente en vejledning i vores information.

Hvis du ikke selv kan bruge internettet og du ikke kender en, som kan hjælpe dig – så kom i Informationen og få en snak med os, så hjælper vi dig. Husk mobiltelefon og Dankort (hvis du har det).

Det er også muligt at betale kontant i Informationen. Der kan løbende tilmeldes hen over sæsonen.

Venteliste

Hvis der er venteliste på et hold, du gerne vil tilmelde dig på, så er det en god ide, at tilmelde dig alligevel, idet du automatisk vil blive kontaktet, hvis eller når, der bliver plads på holdet.

Igangsætter / frivillige

De fleste af vores aktiviteter ledes af frivillige igangsættere. Igangsætteren er den person, som er ansvarlig for en aktivitet og dens praktiske udførelse. Idéen er, at man trækker på hinandens viden og erfaringer.

Alle frivillige har en kontaktperson i Centerrådet. Kontaktpersonen kan kontaktes, hvis der er ønsker, forslag eller ideer.

Nogle aktiviteter skal særligt tilgodese vores medlemmer med behov for støtte. Disse aktiviteter ledes af personale evt. i samarbejde med frivillige.

Vi har mange frivillige, men har hele tiden brug for flere. Så har du tid og overskud til at være frivillig, skal du endelig kontakte Aktivitetskoordinator Pia Voetmann.

Informationen

Informationen på Toftebo Aktivitetscenter findes ved indgangen fra Elmegade og betjenes af frivillige. Her er man parat til at tage imod, snakke og fortælle om Toftebo Aktivitetscenter.

Her kan man henvende sig angående:

- Hjælp til køb af medlemskab
- Hjælp til tilmelding eller spørgsmål om aktiviteter og arrangementer
- Salg af ting i butikken
- Og meget andet.

Hold dig orienteret på følgende måder

- Opslagstavle i Informationen
- TV'et på gangen ved siden af Informationen
- Lyngtotten
- Vores hjemmeside: www.toftebocentret.dk
- Facebook: Toftebo Aktivitetscenter

Materiale og brugerbetaling

Brugerne betaler selv for de materialer, der bruges i forbindelse med aktiviteten.

I andre aktiviteter vil der være en ekstra udgift, kaldet brugerbetaling. Beløbet er til dækning af specielle fælles materialeudgifter i forbindelse med disse aktiviteter; udgifter der bl.a. kan skyldes stor pris på genanskaffelse eller reparation på materiel eller redskaber. Der bliver gjort opmærksom på dette i teksten ved de aktuelle hold. Når halvdelen af sæsonen er gået dvs. 15. februar er brugerbetalingen til halv pris.

Kørsel

Kørsel kan bevilges, hvis du ikke kan transportere dig selv eller benytte offentlig transport. Der kan ydes kørsel max. 2 gange om ugen. Henvendelse herom skal ske til personalet. Der sælges buskort i Informationen.

Afbud til kørsel med bussen skal ske senest samme dag mellem kl. 8.00 og 8.45 på tlf. 96 28 58 30.

Ryge regler

Al rygning skal foregå udenfor i en afstand på mindst 10 meter fra indgangsdørene.

Parkerings regler

Vi henstiller til, at alle centerbrugere bruger parkeringspladser og cykelstativer ved Elmegade indgangen og at biler **ikke** parkeres i Elmegade overfor Aktivitetscentret.

Lyngtotten

LYNGTOTTEN er en avis udarbejdet af Lyngtotgruppen til ældre og pensionister i Hammerum/Gjellerup området. Avisen er gratis, udkommer 4 gange om året og kan hentes på Toftebo Aktivitetscenter, Kirkeladen og Biblioteket. Alle er meget velkomne til at komme med indslag, som kan afleveres til Lyngtotgruppen.

Caféen

Det er frivillige, der står for Caféen på Toftebo Aktivitetscenter.

Vi har følgende Cafégrupper:

Formiddagshold

Vi sælger formiddagskaffe, bestiller mad - hvis der er kunder hertil, laver platter, croissanter og andet under kyndig vejledning fra Sanne og skaber en god og hyggelig stemning i Caféen. Forbereder kage til salg om eftermiddagen.

Eftermiddagshold

Vi gør klar til eftermiddagskaffe, som evt. kan bestå af nybagt kage. Vi skaber hyggelig stemning i Caféen og pakker vogne til evt. aften arrangementer.

I **Caféen** kan man i hyggelige omgivelser nyde en dejlig kop kaffe, kage, brød, frokostretter og meget andet.



Der kan træffes aftale med Caféen i god tid ved arrangementer, der ønskes holdt uden for Caféens åbningstider eller forplejning ud over det vanlige.

Kontakt aktivitetskoordinator Pia Voetmann herom.

AKTIVITETSOVERSIGT

Samlet oversigt for hver ugedag (formiddag og eftermiddag) i

Ugedag og tidspunkt	Brugerbetaling	Se side
MANDAG formiddag		
Billard	50 kr.	17
Bridge for øvede	50 kr.	17
Fotobilledbog		29 + 31
Min Livshistorie kursus		33
Selvtræning	100 kr.	26
Selvtræning med frivillige – <i>Visiteret hold</i>		27
Spil – <i>Visiteret hold</i>		18
Trædrejning	80 kr.	16
MANDAG eftermiddag		
Billard	50 kr.	17
Madlavning for mænd	50 kr.	20
Pakkegruppen		37
Selvtræning	100 kr.	26
Selvtræning med frivillige – <i>Visiteret hold</i>		27
Wii	30 kr.	18



Ugedag og tidspunkt	Brugerbetaling	Se side
TIRSDAG formiddag		
Billard	50 kr.	17
Blomsterbinding		15
iPad for begyndere		31
Motion i Løvbakkerne		27
Rollator og kørestol reparation		16
Sang – <i>Visiteret hold</i>		19
Selvtræning	100 kr.	26
Tirsdags træning – <i>Visiteret hold</i>		27
Wellnes – <i>Visiteret hold</i>		28
Yoga	100 kr.	26
TIRSDAG eftermiddag		
Billard	50 kr.	17
Cirkeltræning for kvinder	100 kr.	25
Dart	50 kr.	18
Petanque	30 kr.	18
Strikke café		15



colourbox

Ugedag og tidspunkt	Brugerbetaling	Se side
ONSDAG formiddag		
Billard	50 kr.	17
Bridge for øvede	50 kr.	17
EDB begyndere Windows 10		30
Kor	50 kr.	19
Kreagruppen		38
Selvtræning	100 kr.	26
Senior Yoga - <i>Visiteret hold</i>		28
Siddende Yoga - <i>Visiteret hold</i>		29
ONSDAG eftermiddag		
Banko		19
Billard	50 kr.	17
Bob	30 kr.	17
Cirkeltræning for mænd	100 kr.	25
Luftholdet	100 kr.	26
Selvtræning	100 kr.	26
Selvtræning med frivillige – <i>Visiteret hold</i>		27
Trædrejning	80 kr.	16



Ugedag og tidspunkt	Brugerbetaling	Se side
TORSDAG formiddag		
Billard	50 kr.	17
Bridge introduktion		16
Gammeldaws whist		18
Gudstjeneste - Kirken på Toftebo		35
Gående/stående træning – <i>Visiteret hold</i>		28
Hyggeklubben – <i>Visiteret hold</i>		16
Lysfremstillingsgruppen		38
Metalværksted	80 kr.	16
Scanning af fotos	50 kr.	29 + 30
Selvtræning	100 kr.	26
Torsdags træning – <i>Visiteret hold</i>		29
Tænk / Rør dig glad – <i>Visiteret hold</i>		29
Værkstedskaffe – <i>Visiteret hold</i>		20
TORSDAG eftermiddag		
Billard	50 kr.	17
Hjerne og muskler – <i>Visiteret hold</i>		28
Hollandsk billard	30 kr.	17
Kanasta		18
Knipling		15
Patchwork		15
Selvtræning	100 kr.	26
Selvtræning ryghold	100 kr.	26
Tour de Toftebo		25



Ugedag og tidspunkt	Brugerbetaling	Se side
FREDAG formiddag		
Billard	50 kr.	17
Fredagsklub		19
Selvtræning	100 kr.	26
Selvtræning med frivillig	100 kr.	26
VARIABLE UGEDAGE		
Træning i eget hjem		28
Udflugtsgruppen KUN for mænd		20
NYHEDER		
Bridge introduktion		16
Min Livshistorie kursus		33
Siddende Yoga - <i>Visiteret hold</i>		29
Tænk / Rør dig glad - <i>Visiteret hold</i>		29
Tour de Toftebo		25



”SPIS SAMMEN”

Har du lyst til at komme ud at møde nye mennesker? Er du selvhjulpnen og pensionist, efterløønner eller førtidspensionist? Føler du dig engang imellem alene? Mangler du nogen at nyde din mad sammen med?

Så vil vi gerne invitere dig i en af vores ”Spis Sammen” grupper, hvor vi serverer lækker mad til små penge.

Tilbuddet er ikke betinget af, at du har medlemskab til centrene.

OBS: Tilmelding dagen før

”Spis Sammen” foregår følgende steder:

Toftebo Aktivitetscenter, Elmegade 32, Hammerum.

Onsdag 11.30-12.30

Tilmelding: Tove Thalund: 96 28 58 30

Koloritten Aktivitetscenter, Markedspladsen 2

Tirsdag 11.30-12.30

Tilmelding: Karin Flø: 96 28 54 54

Holtbjerg Aktivitetshus, Valdemarsvej 347, Herning.

Tilmelding: Pia Voetmann: 96 28 59 35



Bridge - En af de sjove aktiviteter på Toftebo Aktivitetscenter

AKTIVITETSHOLD

KREATIVE AKTIVITETER

Blomsterbinding

Blomsterbinding og gode råd om blomster.

TID: Tirsdag kl. 10.00-12.00 fra 4. september i lige uger

Max. 16 personer

IGANGSÆTTER: Karen Pedersen

Knipling

Kom og lær det smukke og spændende håndværk, hvor du kan fremstille ting som ophæng, border, kraver, tørklæder og små lyseduge. Vi arbejder i uld, silke, hør og bomuld.

TID: Torsdag kl. 13.30-16.00 fra 6. september. Max. 10 personer

KONTAKTPERSON: Thora Poulsen

Patchwork

En spændende gammel teknik, som stadig er meget populær. Lær hvordan du kan forvandle kludeposens rester til smukke farverige puder, løbere, uroer og små æsker for de lidt øvede.

TID: Torsdag kl. 13.30-16.00 fra 6. september. Max. 12 personer

IGANGSÆTTER: Rigmor Kjær

Strikke café

Kom og nyd et par hyggelige timer i fællesskab med andre. Har du brug for hjælp eller inspiration, kan du få dette på holdet.

TID: Tirsdage kl. 13.00-15.30 fra 4. september.

IGANGSÆTTER: Lene Munkholm

Trædrejning

Vi lærer maskinerne og redskaberne at kende og drejer forskellige effekter.

BRUGERBETALING: 80,- kr. pr. person pr. hold.

TID: Mandag kl. 8.30-12.00 fra 3. september. Max. 4 personer

IGANGSÆTTER: Villy Vejnø Andersen

TID: Onsdag kl. 13.00-16.00 fra 5. september. Max. 4 personer

IGANGSÆTTER: Carsten Christiansen

Metal værksted

Kom og vær med til at lave forskellige projekter vi selv konstruerer og laver fra bunden. Du har også mulighed for at lave ting eller reparationer til dig selv.

TID: Torsdag kl. 9.30-11.30 fra 6. september. Max. 3 personer

BRUGERBETALING: 80,- kr. pr. person pr. hold.

IGANGSÆTTER: Laurids Westergaard

Rollator og kørestol reparation

Her kan man få sine hjælpemidler smurt, pumpet og eftersat.

TID: 1. tirsdag i måneden kl. 10.00-11.00

IGANGSÆTTER: Kristian Kjærsgaard

VISITEREET HOLD - Hyggeklubben

Vi strikker, hækler og hygger os med snak og kaffe.

For at komme med på denne aktivitet skal du kontakte aktivitetspersonalet.

TID: Torsdag kl. 9.30-11.15 fra 30. august.

IGANGSÆTTER: Grethe Christensen

BRIDGE – introduktion

NYHED

Vil du gerne lære grundbegreberne i bridge, så du kan spille

bridge enten mandag eller onsdag formiddag på Toftebo-Centret?

Vi tilbyder en kort introduktion i bridgespillet 8 torsdage.

TID: Torsdag kl. 9.00-11.00 fra 6. september

IGANGSÆTTER: Kirsten Sommer, John Kvist og Mogens Hyldig

SPIL

Billard

Har du og en makker eller 3 lyst til at spille billard eller pool.

TID: Mandag - torsdag kl. 10-12 samt 14-16. Fredag kl. 10-12.

Der spilles på 2 borde.

BRUGERBETALING: 50,- kr. pr. person pr. hold.

IGANGSÆTTER: Børge Normann

Holdene er angivet som ugedag-kl. samt bord nr.

Eksempel: 01-14 bord 2 betyder mandag kl. 14 bord 2. Mandag er angivet som 01-, tirsdag 02-, onsdag 03-, torsdag 04- og fredag 05-.

Bob

Spil bob, det er godt for sjæl og krop.

TID: Onsdag kl. 13.15-15.30 fra 5. september. Max. 11 Min 4 pers.

BRUGERBETALING: 30,- kr. pr. person.

IGANGSÆTTER: Leif Mikkelsen

Bridge for øvede

Se også side 16 nederst

Har du lyst til lidt hjernegymnastik og hyggelig samvær med andre, så mød op til et spil man let bliver "bidt" af.

BRUGERBETALING: 50,- kr. pr. person pr. hold.

TID: Mandag fra 9.00-12.00 fra 3. september. Max. 34 personer

IGANGSÆTTER: John Kvist og Mogens Hyldig

TID: Onsdag fra 9.00-12.00 fra 5. september. Max. 34, Min. 16 pers.

IGANGSÆTTER: John Kvist og Mogens Hyldig

Hollandsk billard

Hollandsk billard som spilles siddende uden kø'er. Spil - hygge og samvær.

TID: Torsdag kl. 13.30-15.00 fra 6. september.

BRUGERBETALING: 30,- kr.

IGANGSÆTTER: Karin Sørensen

Dart

Kom og spil dart og se hvem der rammer ”plet”.

TID: Tirsdag kl. 13.00-15.00 fra 28. august. Max. 5 Min. 2 pers.

BRUGERBETALING: 50,- kr. pr. person.

IGANGSÆTTER: Jan Buch

Gammeldaws Whist

Vi spiller den helt almindelige gammeldaws whist og hygger os.

TID: Torsdag kl. 9.00-11.30 fra 30. august. Max. 16 personer

IGANGSÆTTER: Ida Møller Hansen

Kanasta

Hyggeligt og festligt kortspil som kan spilles af hold på 2, 3 eller 4.

TID: Torsdag kl. 13.00-16.00 fra 6. september. Max. 12 personer

IGANGSÆTTER: Benny Østergaard

Petanque

Kom og spil petanque på Toftebo Aktivitetscenters bane.

TID: Tirsdag kl. 13.00-15.00 fra 28. august.

BRUGERBETALING: 30,- kr. pr. person.

IGANGSÆTTER: Villi Andersen

Wii

Kom og vær med til at spille Wii, der er et populært fjernsynsspil.

Der spilles bowling, golf, tennis efter aftale mellem spillerne.

TID: Hold 01 mandag kl. 13.00-14.00 fra 3. september.

Hold 02 mandag kl. 14.00-15.00 fra 3. september

Max. 4 personer pr. hold.

BRUGERBETALING: 30,- kr. pr. person pr. hold.

IGANGSÆTTER: Jens Kristian Gjessø

VISITERET HOLD - Spil

Hver mandag spiller vi forskellige spil, f.eks. Sequence, Yatzy,

Rummikub, Hollandsk billard. Det gør ikke noget, at du ikke

kender spillene på forhånd, da der altid er nogle til at hjælpe dig i

gang. Der er også mulighed for andre spil, så kom med dine ønsker.

For at komme på denne aktivitet, skal du kontakte aktivitetspersonalet.

TID: Mandag kl. 10.00-11.00 fra 3. september.

KONTAKTPERSON: Tove Thalund og Jytte Skou Kristensen

SAMVÆR OG AKTIVITET

Banko

Har du lyst til at spille banko, er denne aktivitet lige noget for dig. Alle er velkomne. Har man ikke medlemskab til Toftebo Aktivitetscenter, skal man blot købe et banko medlemskab til Toftebo Aktivitetscenter til 10,- kr. pr. sæson.

TID: Onsdag kl. 13.30-16.00 i ulige uger.

Se bagsiden af dette program.

IGANGSÆTTER: Inga Hansen

Fredagsklub

Fra kl. 10.00 - 10.30 vil Caféen være åben. Caféen vil til fornuftige priser byde på kaffe, te, øl, vand, lækker brød og formiddagskager, som du kan nyde i hyggeligt samvær. Mellem kl. 10.30 og ca. 11.15 vil der være et underholdende indslag, inden vi ønsker hinanden en god weekend.

TID: Fredag kl. 10.00-11.15.

IGANGSÆTTER: Tove Thalund og Pia Voetmann

Madlavning for mænd

Vi laver spændende mad. Dessert eller forret samt hovedret. Deltagerne er selv med til at vælge menuen. Så mangler du idéer og inspiration, er dette noget for dig.

TID: Mandag kl. 15.00-18.30 fra 10. september i ulige uger

BRUGERBETALING: 50,- kr. pr. person.

Max. 4 personer

IGANGSÆTTER: Egon Jørgensen

Kor

Deltag i Toftebo Aktivitetscenters kor, hvor vi synger de sange, vi holder af. Så mød op og vær med.

TID: Onsdag kl. 9.45-11.00 fra 12. september. Max. 70 personer

BRUGERBETALING: 50,- kr. for kopier.

IGANGSÆTTER: Agnete Hastrup Pedersen

Obs. Der optages ikke nye medlemmer i koret efter 21. september.

Udflugtsgruppe KUN for mænd.

Kunne du tænke dig at komme med på udflugt, virksomhedsbesøg, fisketur, bustur eller noget helt andet spændende i selskab med andre mænd, har du nu chancen.

I denne sæson arbejdes der på at arrangere 5 udflugter i den sidste tredjedel af september, oktober, november, februar og marts måneder.

Billetter købes i informationen eller via vores hjemmeside i ugerne op til de forskellige ture.

Se yderligere oplysninger på opslagene i informationen, når vi nærmer os de enkelte ture.

Sidste tilmelding vil fremgå på opslagene.

Max. 35, Min. 10 personer

IGANGSÆTTER: Villy Vejnø Andersen

VISITEREDE HOLD

Værkstedskaffe

For mænd der gerne vil ordne verdenssituationen over en god kop kaffe. For at komme på denne aktivitet skal du kontakte aktivitetspersonalet.

Der betales for kaffe og brød.

TID: Torsdag kl. 10.00-11.00 fra 30. august.

IGANGSÆTTER: Børge Normann

Sang

Vi mødes, hygger sammen og synger. For at komme på denne aktivitet skal du kontakte aktivitetspersonalet.

TID: Tirsdag kl. 10.00-11.00 fra 29. august.

IGANGSÆTTER: Grethe Christensen

Caféen

tilbyder
Toftebo - middage
hver
tirsdag og onsdag
fra kl. 11.30 - 12.30
for små penge.

Se menu plan i Caféen



ARRANGEMENTER

PÅ TOFTEBO AKTIVITETSCENTER SÆSON 2018 - 2019

Hyggeaftener med fællesspisning og underholdning

Billetsalg:

Se nærmere i Lyngtotten, på vores hjemmeside og på opslag i centret.

- | | |
|-------------------------------|---|
| Tirsdag d. 11. sep. kl. 17.00 | Allan Ploug Sørensen fortæller. |
| * Onsdag d. 3. okt. kl. 17.00 | Martins musik spiller op til dans. |
| Tirsdag d. 6. nov. kl. 17.00 | Hatten rundt + Andesteg. |
| Tirsdag d. 8. jan. kl. 17.00 | Frisenborg Husorkester. |
| Onsdag d. 13. feb. kl. 17.00 | Karoline koret. (<i>ændret fra 5. feb.</i>) |
| * Onsdag d. 6. mar. kl. 17.00 | Kim Bernt Jensen spiller op til dans. |
- * Disse 2 aftener er danse-hyggeaftener.

Ret til ændringer forbeholdes

Frokost fest

Billetsalg:

Se nærmere i Lyngtotten, på vores hjemmeside og på opslag i centret.

Julefrokost Tirsdag d. 4. dec. kl. 12.00



Åbent hus arrangementer

Sæsonstart	Torsdag	d.	23.	aug.	kl. 09.00 - 12.00
Julemarked	Lørdag	d.	17.	nov.	kl. 10.00 - 13.00
Sundhedsdag	Tirsdag	d.	9.	okt.	kl. 13.00 - 15.30
Nytårskur	Fredag	d.	25.	jan.	kl. 9.30 - 12.00
Valguge 2019	er i uge 11				
Åbent hus dag	Fredag	d.	5.	april	kl. 10.00 - 13.00

Andre arrangementer

Inflencavaccination Tirsdag d. 9. okt. kl. 13.00-15.00

**Adventsgudstjeneste i
Valgmenighedskirken** Onsdag d. 12. dec. kl. 11.00

God søvn - foredrag Onsdag d.12. dec. kl. 14.00 **Nyhed**

**Julegudstjeneste
på Toftebo Aktivitetscenter** Søndag d. 23. dec. kl. 14.30

**Arrangement for igangsættere
og udvalgs medlemmer** i juni

Spilledag Onsdag d. 8. maj på Toftebo

Bussens Venner

Generalforsamling Mandag d. 4. marts kl. 19.00

Der udarbejdes en månedligt arrangement oversigt, hvor nærmere detaljer om de enkelte arrangementer fremgår.

Denne kan ses på opslagstavlen ved informationen på
Toftebo Aktivitetscenter

FALDUDREDNING

TEST DIG SELV
- er du i risiko for at falde?

Faldudredning

	Hvis ja: Sæt kryds
Har du tidligere været faldet (inden for det sidste ½ år) og/ eller er du bange for at falde?	
Er du svimmel og/eller usikker til bens?	
Er du i medicinsk behandling, som giver dig bivirkninger	
Går du oftere på toilet?	
Har du nedsat syn, som påvirker dagligdagen?	
Oplever du, at din hukommelse har forandret sig?	
Har du haft sygdomme, som har forandret dig med hensyn til bevægelse, færdien og mentale funktioner?	
I alt Ja til spørgsmålene	

Hvis Ja til 3 spørgsmål eller derover – kan du være i øget risiko for at falde.

FALDUDREDNING

Er du en af dem, der har oplevet et fald indenfor det sidste år? Er du i risiko for at falde? Ved du, at der kan være mange forskellige grunde til at man falder? Ønsker du at gøre en indsats for at nedsætte risikoen for at falde igen?

Vidste du:

- at man har 2-3 gange større risiko for at falde, hvis man er faldet en gang.
- at 2-6% af dem, der falder, pådrager sig et brud.
- at 1% af dem, der falder, får et hoftenært brud.

Der vil løbende køre faldudredningshold med en ergoterapeut og en fysioterapeut, hvor du får en bred indsigt i årsagerne til at man falder. Endvidere vil du have mulighed for individuel vejledning for at finde den indsats, der vil være bedst for dig. Faldudredningsholdene kører over 3 gange af hver ca. 1½ time.

Kontaktpersoner:

- Ergoterapeut Mette Fjord 96285835
- Fysioterapeut Marianne Østerby 96285834

Kontakt ovennævnte ved spørgsmål eller tilmelding. Der startes hold, når der er min. 6 personer. Tilbuddet er til både medlemmer og ikke medlemmer på Toftebo Aktivitetscenter.

TRÆNING

Træningsstart

Tilmeld dig til: ”Træningsstart” hvis du er ny bruger af træningslokalet på Toftebo Aktivitetscenter.

Du vil herefter blive kontaktet af en af Toftebo Aktivitetscenters terapeuter med henblik på aftale om et møde, hvor der i fællesskab med dig udarbejdes en træningsplan. Du bliver vejledt om hvor, hvornår og på hvilke hold, træningen bedst kan foregå.

På flere af træningsholdene er der en brugerbetaling pr. person. Brugerbetalingen betales ved tilmeldingen og gælder for hele sæsonen.

Cirkeltræning

Cirkeltræning er et koncept, hvor man ved forskellige poster træner styrke og udholdenhed.

BRUGERBETALING: 100,- kr. pr. person pr. hold.

Kun for kvinder:

TID: Tirsdag kl. 15.00-16.00

Max. 12 personer

Kun for mænd:

TID: Onsdag kl. 15.00-16.00

Max. 12 personer



© topendsport.dk

Tour de Toftebo.

Kom og vær med til ca. 1 times cykling i moderat tempo. Bare mød op med velpumpet cykel og godt humør.

TID: Torsdag kl. 13.00-ca. 14.00

KONTAKTPERSON: Hardy Hjort Madsen

Selvtræningshold

Der er selvtræningshold alle ugens hverdage.

Tilmelding er kun for deltagere, som tidligere har gået på Toftebo Aktivitetscenters træningsstarts hold ved fysioterapeut.

BRUGERBETALING: 100,- kr. pr. person pr. hold.

Holdene er angivet som ugedag-kl. Eksempelvis 01-09 betyder mandag kl. 09. Mandag er angivet som 01-, tirsdag 02-, onsdag 03-, torsdag 04- og fredag 05-.

Træningsperioderne er 1 time med start på følgende tider:

Mandag: kl. 07.00, 08.00, 09.00, 11.00, 12.00, 13.00, 15.00.

Tirsdag: kl. 08.00, 09.00, 11.00, 12.00.

Onsdag: kl. 07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 13.00, 14.00.

Torsdag: kl. 08.00, 09.00, 12.00, 14.00, 15.00.

Fredag: kl. 07.00, 08.00.

Luftholdet

Holdet er for dem, der har en eller anden diagnose med lungerne. Der er lidt fælles opvarmning – der trænes både kondition og styrke.

TID: Onsdag kl. 12.00-13.00. Max. 9 personer

BRUGERBETALING: 100,- kr. pr. person

FRIVILLIG: Louis Øbo Andersen

Selvtræning med fokus på ryg

TID: Torsdag kl. 13.00-14.00.

BRUGERBETALING: 100,- kr. pr. person pr. hold.

KONTAKTPERSON: Marianne Østerby

Selvtræning med frivillig

Selvtræning med mulighed for fælles opvarmning via CD.

TID: Fredag kl. 9.00-10.00. Max. 9 personer

BRUGERBETALING: 100,- kr. pr. person.

FRIVILLIG: Gunvor Refsgaard

Yoga

Meld dig til yoga, hvis du vil gøre noget godt for din krop. Vi arbejder med at gøre vores led mobile og søger den indre balance via åndedrættet.

BRUGERBETALING: 100,- kr. pr. person.

TID: Tirsdag kl. 10.30-11.45.

FRIVILLIG: Regina Wedman

Motion i Løvbakkerne

Kom ud i naturen og få trænet. I Løvbakkerne er der både mulighed for at gå/løbe på en asfaltsti eller gå en tur på motionsstien, hvor der er forskellige udfordringer, som kan tilpasses til den enkelte.

Det vil i høj grad blive præget af de, som kommer.

Få frisk luft, se dådyr, være sammen med andre, træne balance, kondition og styrke.

Medbring drikkedunk, gode sko, samt tøj efter vejret.

Tilbuddet er i samarbejde med Koloritten og Toftebo Aktivitetscenter.

TID: Tirsdag kl. 10.00-11.00 fra 4. september

ved Naturskolen, Løvbakkevej 32, Herning.

IGANGSÆTTER: Hanne Andersen

KONTAKTPERSON: Jytte Hoffmann tlf. 96 28 54 54

VISITEREDE HOLD

Følgende tilbud skal du være visiteret til.

Selvtræning med frivillige

Individuelt program med støtte fra de frivillige. For at komme på disse hold, skal du kontakte vores fysioterapeut.

TID: Mandag kl. 10.00-11.00, mandag kl. 14.00-15.00 og

onsdag kl. 14.00-15.00. Max. 8 personer

FRIVILLIGE: Mary Madsen, Misse Andersen, Inger Marie Gjesse, Jenny Tjørnelund og Kent Mørup Christensen

Tirsdags træning

Fælles opvarmning for hele kroppen kombineret med eget styrkeprogram. For at komme på dette hold, skal du kontakte vores fysioterapeut.

TID: Tirsdag kl. 10.00-11.00. Max. 8 personer

PERSONALE: Jytte Skou Kristensen

Gående/stående træning

Fælles træning for hele kroppen. For at komme på dette hold, skal du kontakte vores fysioterapeut.

TID: Torsdag kl. 10.00-11.00. Max. 8 personer

PERSONALE: Mariola Jensen

Hjerne og muskler – aktiviteter blandet med humor

Henvender sig til hjernen og musklerne, hvor der også er plads til et godt grin og humor. Det kan foregå både ude og inde hele året rundt. Det kan bl.a. være bowling, ture ud i skoven/ved en sø, ”stjerneløb” m.m.

For at komme på dette hold, skal du kontakte en af nedennævnte
TID: Torsdag kl. 13.30-15.30.

PERSONALE: Birgitte Bak, Marianne Østerby

Træning i eget hjem:

Tilbud til borgere, som har behov for specifik træning i hjemmet med udgangspunkt i at borgeren efterfølgende fortsætter træningen alene eller med andet personale hjemme og/eller kommer til træning eller aktivitet på Toftebo Aktivitetscenter.

Afhængig af det aktuelle behov og ud fra en terapeutisk vurdering aftales, hvornår træningen kan påbegyndes. Ligeledes aftales med den enkelte, hvornår træningen kan fortsættes på et hold, som ledes af andet aktivitetspersonale og/eller frivillige.

Wellness.

Aktivitet for de som ikke kan deltage i så mange andre aktiviteter. Med rolig musik, varme tæpper og let massage/berøring vil vi prøve at skabe velvære for brugeren.

For at komme på dette hold, skal du kontakte aktivitetspersonalet.

TID: Tirsdag kl. 10.30-11.30 fra 28. august.

PERSONALE: Tove Thalund, Mariola Jensen, Grethe Christensen

Senior Yoga.

Mange af de lidelser, hvor yogaen har en yderst gavnlige effekt, ses ofte hos seniorer. Bl.a. forhøjet blodtryk, åndedrætsbesvær, gigt, ryg-problemer, uro og balance-problemer. Senior yoga foregår siddende eller stående ved stol med enkle og effektive øvelser og henvender sig til dem, som ikke kan deltage i alm. Yoga, som foregår på gulvet.

For at komme på dette hold, skal du kontakte aktivitetspersonalet.

TID: Onsdag kl. 10.00-11.00 fra 29. august.

PERSONALE: Mariola Jensen

Siddende Yoga. Nyhed

Det er en rigtig god træning for dig med gigt..

For at komme på dette hold, skal du kontakte aktivitetspersonalet.

TID: Onsdag kl. 11.00-12.00 fra 5. december.

PERSONALE: Mariola Jensen

Torsdags træning.

Individuel træning i maskiner efter program.

For at komme på dette hold, skal du kontakte aktivitetspersonalet.

TID: Torsdag kl. 11.00-12.00 fra 30. august.

PERSONALE: Mariola Jensen

Tænk / rør dig glad. Nyhed

Brug af aktivitetsskærm – Vita mind.

Stimulation af hjernen og let fysisk træning. En gang imellem lille gåtur udenfor

For at komme på dette hold, skal du kontakte aktivitetspersonalet.

TID: Torsdag kl. 10.00-11.00 fra 30. august.

PERSONALE: Tove Thalund

EDB

I efteråret 2018 holdes følgende:

Hvordan laver jeg en bog af mine billeder?

Få lært at lave en fotobilledbog af dine egne digitale billeder. Det er en anden måde at få sine billeder fremkaldt på. Der kan også sættes tekst på, så man kan se, hvad der er på billederne.

Fotobilledbog - e

TID: Mandage kl. 10.00-11.30 fra 24. sep. - 5 gange. Max. 5 pers.

IGANGSÆTTER: Magda Kjærsgaard

EDB begyndere Windows 10

Vi ser på hvordan computeren virker. Skal du have hjælp til hvordan de forskellige digitale henvendelser til det offentlige skal bruges?

EDB begyndere Windows 10 - f

TID: Onsdage kl. 10.00-11.00 eller efter aftale. Max. 4 pers.

IGANGSÆTTER: Leif Mikkelsen

Skanning af fotos (DIAS, negativer og papirfotos)

Gør alle dine gamle papirfotos og dias klar til at vise på TV eller bruge i en fotobilledbog. Lær hvordan du skanner og billedbehandler disse fotos, samt gemmer dem i mapper - lige parat til videre brug.

Skanning – e

TID: Torsdage kl. 10.00-12.00 fra 13. sep. - 10 gange. Max. 4 pers.

BRUGERBETALING: 50,- kr. pr. person.

IGANGSÆTTER: Finn Brinch

I foråret 2019 holdes følgende:

Tilmelding til disse hold fra 15. november

Hvordan laver jeg en bog af mine billeder?

Få lært at lave en fotobilledbog af dine egne digitale billeder. Det er en anden måde at få sine billeder fremkaldt på. Der kan også sættes tekst på, så man kan se, hvad der er på billederne.

Fotobilledbog - f

TID: Mandage kl. 10.00-11.30 fra 28. jan. - 5 gange. Max. 5 pers.

IGANGSÆTTER: Magda Kjærsgaard

EDB begyndere Windows 10

Vi ser på hvordan computeren virker. Skal du have hjælp til hvordan de forskellige digitale henvendelser til det offentlige skal bruges?

EDB begyndere Windows 10 - f

TID: Onsdage kl. 10.00-11.00 eller efter aftale Max. 4 pers.

IGANGSÆTTER: Leif Mikkelsen

Skanning af fotos (DIAS, negativer og papirfotos)

Gør alle dine gamle papirfotos og dias klar til at vise på TV eller bruge i en fotobilledbog. Lær hvordan du skanner og billedbehandler disse fotos, samt gemmer dem i mapper - lige parat til videre brug.

Skanning - f

TID: Torsdage kl. 10.00-12.00 fra 10. jan. - 10 gange. Max. 4 pers.

BRUGERBETALING: 50,- kr. pr. person.

IGANGSÆTTER: Finn Brinch

iPAD

Har du fået en ny iPad/ iPhone eller har du problemer med at få den til at fungere? Så er disse hold måske lige sagen - her kan du få gode råd og vejledning i brugen.

I efteråret 2018 holdes følgende kurser i iPAD:

iPad for begyndere.

Vi snakker om brugen af iPad/iPhone. (Apples styresystem) iPad/iPhone samt Apple ID skal medbringes.

iPad Hold 01-e

TID: Tirsdage kl. 09.30-10.30 fra 4. sep. - 10 gange. Max. 5 pers.

IGANGSÆTTER: Bodil Sønderkjær

iPad Hold 02-e

TID: Tirsdage kl. 11.00-12.00 fra 4. sep. - 10 gange. Max. 5 pers.

IGANGSÆTTER: Bodil Sønderkjær

I foråret 2019 holdes følgende kurser i iPAD:

Tilmelding til disse hold fra 15. november

iPad for begyndere.

Vi snakker om brugen af iPad/iPhone. (Apples styresystem) iPad/iPhone samt Apple ID skal medbringes

iPad Hold 01-f

TID: Tirsdage kl. 09.30-10.30 fra 8. jan. - 10 gange. Max. 5 pers.

IGANGSÆTTER: Bodil Sønderkjær

iPad Hold 02-f

TID: Tirsdage kl. 11.00-12.00 fra 8. jan. - 10 gange. Max. 5 pers.

IGANGSÆTTER: Bodil Sønderkjær

MIN LIVSHISTORIE

LIVSKVALITET ♥ NÆRVÆR ♥ FÆLLESSKAB

Gem dine minder, de er

VÆRDIFULDE LIVSHISTORIER

Alle mennesker er unikke. Og alle bærer vi rundt på en enestående fortælling. Det er imidlertid de færreste, der får nedfældet deres livshistorie i et samlet "værk", så den bliver gemt i stedet for glemt. Som en konsekvens ender de fleste livshistorier i dag som fragmenter af minder, der går tabt, når hovedpersonen går bort

Min Livshistorie sikrer at værdifulde minder bevares i generationer.

Gem din livshistorie i billeder, lyd, video og tekst, til glæde for dig og dine nærmeste.

Min Livshistorie skaber dialog og samhørighed mennesker imellem, og giver:

LIVSKVALITET ♥ NÆRVÆR ♥ FÆLLESSKAB

Du har altid dine historier lige ved fingerspidserne.

Se mere på minlivshistorie.dk og få kyndig vejledning i hvordan du kommer godt i gang med brugen af Min Livshistorie.



WWW.MINLIVSHISTORIE.DK



Vil du gerne høre noget om hvad ”Min Livshistorie” er
eller ønsker du hjælp til at komme videre
kan du kontakte en af nedennævnte:
Ida Machmüller tlf. 61 26 54 99
Leif Mikkelsen tlf. 22 43 94 42
Magda Kjærsgaard tlf. 22 57 60 90

Kursus i at få lært at skrive din livshistorie

Min Livshistorie er stedet, hvor du kan gemme dine minder, du kan gemme billeder, videoer, skrive tekst eller fortælle med lyd.

***TID: Mandage kl. 10.00-11.30 fra 24. september
og 28. januar 2019***

IGANGSÆTTER: Magda Kjærsgaard



ANDRE TILBUD OG AKTIVITETER

Bussen

Bussen deler Toftebo-Centret med Rosenlundcentret i Snejbjerg og Lind Pleje- og Aktivitetscenter, således at hvert center har bussen en uge af gangen.

Bussen er beregnet til kørsel med beboere på Toftebo Plejecenter og daghjembrugere på Toftebo Aktivitetscenter samt visiterede borgere. Bussen må højst rumme 9 personer inkl. chauffør og altid kun på sæder eller i kørestol.

Toftebo-Centret har således bussen hver 3. uge og i disse uger køres normalt en eftermiddagstur tirsdag eller onsdag. Herudover køres ture af Daghjemmet og Plejecentrets afdelinger.

Bussen kan også lånes til transport af en Plejecenterbeboer til f.eks. familiearrangementer.

Pris for brug af Bussen for visiterede borgere på Toftebo-Centret er

Ved kørsel under 50 km: 30 kr. pr. passager.

Ved kørsel over 50 km: 30 kr. pr. passager + 4 kr. pr. ekstra kørt km som fordeles mellem alle passagerer.

Pengene betales til aktivitetspersonalet.

Ved de planlagte udflugtsture om eftermiddagen betales yderligere 10 kr. pr. passager for kaffe.

Medlemmer af Bussens Venner ved Toftebo-Centret får 15 kr. rabat pr. tur.

Bussens drift støttes af Bussens Venner, som man kan blive medlem af ved henvendelse i Informationen på Toftebo Aktivitetscenter eller e-mail til bussensvenner@toftebocentret.dk.

Støt op om bussen.

Et medlemskab koster kun 60 kr. om året.

Gudstjeneste

Kirken på Toftebo

Torsdage kl. 10.00 - 11.10 holdes Kirke på Toftebo.

Der indledes med morgensang og kaffe/te, inden der ringes til gudstjeneste ca. kl. 10.30.



Daghjemmet

Formål

- At støtte dig i at opretholde din nuværende boform.
- At hjælpe dig med at overskue din hverdag og træne de gøremål der begynder at volde dig udfordringer.
- At give din ægtefælle/nærtstående mulighed for at kunne komme hjemmefra, hvis det er svært for dig at være alene.

Daghjemmet tilbyder

- At du i fællesskab med andre kan være med i nogle forskellige aktiviteter og træningstilbud.
- Vi har mulighed for at tilbyde dig en middagshvil enten i seng eller stol.
- I dagligstuen som er forbeholdt daghjemsbrugere er der socialt samvær med andre daghjemsbrugere og her laver vi, hvad vi har lyst til. Det er bl.a. oplæsning, spil, sylter, bager og meget mere.
- Er vejret godt går vi ture, cykler på 2-personscyklen, kører en tur med bussen eller andet som falder os ind.
- I daghjemmet er det kun fantasien, der sætter grænser.

I daghjemmet bruger vi frivillige. Så har du ledig tid, vil vi meget gerne have din hjælp.

Kunne du tænke dig at høre mere om daghjemmet, kan du kontakte daghjemspersonalet, som også vil være dig behjælpelig med det videre forløb. Du kan også læse mere om daghjem på www.herning.dk

FRIVILLIGGRUPPER

Grupperne løser konkrete opgaver omkring aktiviteter og arrangementer på Toftebo Aktivitetscenter. Hver frivilliggruppe har en kontaktperson fra Centerrådet.

Lyngtotgruppen

Gruppen udarbejder Lyngtotten som udkommer 4 gange årlig og laver opslag og lign. for de øvrige udvalg og grupper.

Gruppens kontaktperson: Finn Brinch

Kunstgruppe

Kunstgruppen planlægger kunststillinger på Toftebo-Centret.

Gruppens kontaktperson: Gunvor Refsgaard

Hyggeaftengruppen:

Gruppen arrangerer 6 årlige hyggeaftener.

Gruppens kontaktperson: Jens Kristian Gjessse

Café-gruppen

Gruppen bemander caféen til salg af formiddags- og eftermiddagskaffe. Se også side 8 om Café hold.

Gruppens kontaktperson: Magda Kjærsgaard

Pakkegruppen

Vi laver lykønskingskort til forskellige begivenheder. Kortene sælges i Toftebo Aktivitetscenters Information.

TID: Mandag kl. 13.00-15.00 fra 3. september.

IGANGSÆTTER: Alma Jensen

Kreagruppen

For kreative personer der gerne vil give en hånd med ved fremstilling af ting til salg i Informationen og Toftebo Aktivitetscenters julemarked. Man behøver ikke være med alle timer, men kom når du har tid og lyst.

TID: Onsdag kl. 9.30-12.30 fra 5. september. Max. 10 personer

TILMELDING: Tove Thalund eller Pia Voetmann

IGANGSÆTTER: Søges

Lysfremstillings gruppen

Vi fremstiller lys til salg i Toftebo Aktivitetscenters Information, både dyppede og støbte i alle regnbuens farver.

TID: Torsdag kl. 9.30-11.30 fra 6. september.

IGANGSÆTTER: Chresten Iversen og Freddie Lajgaard

Bankogruppen

Vi afholder banko i ulige uger. Alle er velkomne. Se mere på bagsiden af dette sæsonprogram.

TID: Onsdage kl. 13.30-15.30. Se bagsiden af dette program.

IGANGSÆTTER: Inga Hansen

Centrets venner

Frivillige som hjælper i daghjemmet

Eksterne grupper

Bussens Venner

Gudstjeneste gruppen



RÅD OG UDVALG

Seniorråd

Herning Kommune har 4 seniorråd med et i hvert af de områder kommune er delt op i: nord, vest, syd og øst.

Formålet er at sikre, at borgere og brugere over 60 år får indflydelse på ældreområdet indhold og udvikling i deres lokalområde.

Du kan læse referater fra møderne i Seniorråd øst i Lyngtotten.

Centerråd

Vores Centerråd vælges blandt Toftebo Aktivitetscenters medlemmer. Centerrådet består af 7 brugervalgte medlemmer samt aktivitetskoordinator og teamleder. Rådet mødes en gang hver måned undtagen i juli og december.

Centerrådet bygger bl.a. på de ønsker, forslag eller idéer, der kommer fra brugerne. Det er derfor vigtigt, at brugerne er aktive og henvender sig til Centerrådsmedlemmerne med ideer og tanker.

Centerrådsmedlemmer kan kontaktes, når de er i huset, eller man kan aflevere en besked i Informationen – og man vil blive kontaktet.

Referater fra Centerrådsmøder kan se på opslagstavlen i Informationen eller i Lyngtotten.

Næste valg til Centerrådet er i uge 11 2019.

Udvalg til aktiviteter og arrangementer

Følgende udvalg koordinerer og planlægger aktiviteter og arrangementer:

Julemarkedsudvalg

Arrangerer julemarked.

Kontaktperson fra Centerrådet: John Nielsen og Mogens Hyldig

Åbent hus udvalg

Arrangerer Åbent hus dagen.

Kontaktperson fra Centerrådet: Villi Andersen og Gunnar Mølby

Sponsorudvalg

Sponsorgruppen sælger annoncer til Lyngtotten og søger fonde vedr. konkrete ønsker.

Kontaktperson fra Centerrådet: Villy Vejnø Andersen

Spilledagsudvalg

Arrangerer den årlige spilledag med Rosenlund, Lind og Søglimt.

Kontaktperson fra Centerrådet: Mogens Hyldig og Kirsten Sommer

Sundhedsdagsudvalg

Arrangerer den årlige sundhedsdag.

Kontaktperson fra Centerrådet: Grethe Hem Christensen

Julefrokostudvalg

Arrangerer den årlige julefrokost.

Kontaktperson fra Centerrådet: Kirsten Sommer

Busudvalg

Koordinerer Toftebobussens drift med de øvrige centre.

Kontaktperson fra Centerrådet: Villy Vejnø Andersen

Eksterne udvalg:

Biblioteksrådet.

Kontaktperson: Gunnar Mølby

Toftebo Aktivitetscenter Centerrådet 2018 / 2019

Formand:

Mogens Hyldig
Vestertorp 18, Gjellerup
7400 Herning
23 72 08 03
hyldig@fiberpost.dk



Næstformand:

Kirsten Sommer
Spinkebjerg 35, Gjellerup
7400 Herning
97 11 99 97 – 21 97 89 97
kirstenogfrede@hotmail.com



Kasserer:

Gunnar Mølby Henriksen
Spinkebjerg 61, Gjellerup
7400 Herning
22 93 97 30
jetgun@post.tele.dk



Referent:

Grethe Hem Christensen
Vester Alle 30, Hammerum
7400 Herning
21 64 37 32
grethe@fofly.dk



Øvrige medlemmer:

Villi Andersen
Markvænget 18, Hammerum
7400 Herning
97 11 64 56 – 29 28 62 96
villi@email.dk



Villy Vejnø Andersen
Tværgade 1C, Hammerum
7400 Herning
29 91 01 79
villy@vejnoe.dk



John Flemming Nielsen
Jagtvej 10, Hammerum
7400 Herning
60 73 87 20
hyldgaardhammerum@gmail.com



Allis Lunde
21 34 16 97
takal@herning.dk



Pia Voetmann
21 19 45 30
takpv@herning.dk



Besøg Toftebo Aktivitetcenters hjemmeside

www.toftebo-centret.dk

Og på kommunens hjemmeside

<http://aktiv.herning.dk/toftebo-aktivitetscenter>

EGNE NOTER

VIGTIGE DATOER – oversigt

Toftebo Aktivitetscenter er lukket følgende dage:

25. december 2018 til 1. januar 2019

15. til 22. april 2019

1. maj, 17. maj og 30. til 31. maj 2019

5. juni 2019

Uge 29 i 2019

**Køb af medlemskab online eller i Informationen
fra 16. august 2018**

Tilmelding til aktiviteter

Online eller i Informationen fra 23. august 2018 kl. 09.00

Toftebo-Centrets arrangementer 2018-2019

Se midtersiderne i dette program

Velkommen til Banko på Toftebo Aktivitetscenter

Der holdes banko kl. 13.30 - 16.00

på følgende onsdage:

September 2018: den 12. og 26.

Oktober 2018: den 10. og 24.

November 2018: den 7. og 21.

December 2018: den 5.

Januar 2019: den 16. og 30.

Februar 2019: den 13. og 27.

Marts 2019: den 13. og 27.

April 2019: den 10.