



## Tirsdage i RAV

April, maj og juni.

- **2/4 kl. 9.45 til ca. kl. 12.00**

### **Syng dig sund.**

Vi mødes på Sundhedscenteret (Bistrupvej 3, Hjørring) hvor vi først vil deltage i "Syng dig Sund", herefter hygger vi med kaffe og ostemad. 😊

Sidste tilmelding torsdag d. 1/4 på SMS til tlf. 41936041 eller på mail:

[rav-hjoerring@hjoerring.dk](mailto:rav-hjoerring@hjoerring.dk)

Pris: 17 kr. for kaffe og brød.

- **9/4 kl. 9.45 til ca. kl. 13.00**

### **Bowling.**

Vi bowler i Action House i Løkken, vi mødes i RAV kl. 9.00, Vi laver samkørsel, meld derfor gerne ind hvem der kan køre. (Ved samkørsel aftales kørselsgebyr indbyrdes i bilerne).

Sidste tilmelding onsdag d. 3/4 på telefon 29644099 eller på mail: [rav-hjoerring@hjoerring.dk](mailto:rav-hjoerring@hjoerring.dk)

Pris: 75 kr. for 1 ½ times bowling, kaffe og brød.

- **16/4 kl. 11.00 til ca. kl. 12.00**

### **Vrå Bryghus.**

Vi besøger Vrå bryghus (Jernbanegade 7,9 i Vrå), hvor vi får en rundvisning og kaffe.

Der er også mulighed for at købe en øl fra Bryghusets eget sortiment.

vi mødes i RAV kl. 10.15, Vi laver samkørsel, meld derfor gerne ind hvem der kan køre.

(Ved samkørsel aftales kørselsgebyr indbyrdes i bilerne).

Sidste tilmelding tirsdag d. 9/4 på telefon 29644099 eller på mail: [rav-hjoerring@hjoerring.dk](mailto:rav-hjoerring@hjoerring.dk)

Pris: 65 kr. for kaffe og rundvisning.

- **23/4 kl. 10.00 til ca. kl. 13.00**

### **Spil i Christiansgave.**

Vi tager i Christiansgave og spiller petanque. Der er præmier til vinderen 😊.

Skulle der mod al forventning blive dårligt vejr, så bliver vi i RAV og spiller kort, quiz, brætspil m.m.

Pris: 17 kr. for kaffe og brød.



- **30/4 kl. 10.00 til ca. kl. 13.00**

**Uddeling af materiale til kultur, - og foreningsinstitutioner.**

I anledning af Demensugen (uge 19) har vi valgt at starte lidt tidligt med uddeling af materiale. I år er der i Demensugen fokus på demensvenlighed i kultur og foreningslivet, synlighed herom. Vi mødes i RAV til Rundstykker og kaffe, derefter vil vi dele materiale ud.

Har du lyst til at være med, så meld dig endelig til på telefon 29644099 eller på mail:

[rav-hjoerring@hjoerring.dk](mailto:rav-hjoerring@hjoerring.dk) senest d.23/4

**Pris:** 22 kr. for kaffe og rundstykker.

- **7/5 kl. 13.00**

**Sangeftermiddag i anledning af Demensugen.**

I anledning af Demensugen er vi blevet inviteret med til sang- eftermiddag med Jens Anderson-Ingstrup i forsamlingsbygningen. Der kan købes kaffe og kage til en pris af 20 kr. Sidste tilmelding torsdag d.30/4 på SMS til tlf. 41936041 eller på mail:

[rav-hjoerring@hjoerring.dk](mailto:rav-hjoerring@hjoerring.dk)

- **14/5 kl. 10.00 til ca. kl. 13.00**

**Løkken Kunststi.**

Vi tager til Løkken og begiver os ud på kunststien. Kunststi ruten er ca. 6 km. så vi tager ikke det hele på en gang 😊

**vi mødes i RAV kl. 9.15**, Vi laver samkørsel, meld derfor gerne ind hvem der kan køre.

(Ved samkørsel aftales kørselsgebyr indbyrdes i bilerne).

Sidste tilmelding tirsdag d. 7/5 på telefon 29644099 eller på mail: [rav-hjoerring@hjoerring.dk](mailto:rav-hjoerring@hjoerring.dk)

**Pris:** 17 kr. for kaffe og brød.

- **21/5 kl. 10.00 til kl. 12.00**

**Krolf.**

**Vi mødes på aktivitetscenter Vellingshøj** kl. 10.00 hvor vi hygger med kaffe og brød før vi tager et spil krolf. Tilmelding kan ske på telefon 29644099 eller på mail: [rav-hjoerring@hjoerring.dk](mailto:rav-hjoerring@hjoerring.dk) senest d. 14/5

**Pris:** 17 kr. for kaffe og brød.



- **28/5 kl. 9.45 til ca. kl. 12.00**

**Syng dig sund.**

Vi mødes på **Sundhedscenteret** (Bistrupvej 3, Hjørring) hvor vi først vil deltage i "Syng dig Sund", herefter hygger vi med kaffe og ostemad. ☺

Sidste tilmelding torsdag d.21/5 på telefon 29644099 eller på mail: [rav-hjoerring@hjoerring.dk](mailto:rav-hjoerring@hjoerring.dk)

**Pris:** 17 kr. for kaffe og brød

- **4/6 10.00-ca. 13.00**

**Minigolf Tornby Camping.**

Vi tager til Tornby Camping, hvor vi vil udfordre vores evner i Minigolf.

Vi laver samkørsel, meld derfor gerne ind hvem der kan køre.

(Ved samkørsel aftales kørselsgebyr indbyrdes i bilerne).

Sidste tilmelding tirsdag d.28/5 på telefon 29644099 eller på mail: [rav-hjoerring@hjoerring.dk](mailto:rav-hjoerring@hjoerring.dk)

**Vi mødes i RAV kl. 9.30**

**Pris:** 17 kr. for kaffe og brød- og 50 kr. for minigolf, som betales ved ankomst til Tornby Camping.

- **11/6 kl. 10.00 til ca. kl. 12.30**

**Rhododendronparken**

Vi kører til Rododendronparken i Brønderslev hvor de smukkeste Rhododendron gerne skulle stå i fuldt flor i denne tid. Vi laver samkørsel, meld derfor gerne ind hvem der kan køre.

(Ved samkørsel aftales kørselsgebyr indbyrdes i bilerne).

Sidste tilmelding tirsdag d. 4/6 på telefon 29644099 eller på mail: [rav-hjoerring@hjoerring.dk](mailto:rav-hjoerring@hjoerring.dk)

**Pris:** 17 kr. for kaffe og brød

- **18/6 kl.10.00 til kl. 12.00**

**Planlægning af program**

Vi hygger i RAV med rundstykker og kaffe, mens vi planlægger de næste par måneders program.

Sidste tilmelding tirsdag d. 11/6 på telefon 29644099 eller på mail: [rav-hjoerring@hjoerring.dk](mailto:rav-hjoerring@hjoerring.dk)

**Pris:** 22 kr. for kaffe og rundstykker.

- **25/6 kl. 10.00 til ca. kl. 12.00**

**Banko.**

Vi holder Banko i RAV med kaffe og brød.

Sidste tilmelding tirsdag d. 18/6 på telefon 29644099 eller på mail: [rav-hjoerring@hjoerring.dk](mailto:rav-hjoerring@hjoerring.dk)

**Pris:** 17 kr. for kaffe, brød + 15 kr. pr. bankoplade.