



Vesterlund Aktivitetscenter


November 2024


Månedens aktiviteter


Vi går snart den søde juletid i møde. Vi vil bruge materialer fra naturen til at lave dekorationer og andre kreative projekter. Selvom vejret bliver koldere, prioriterer vi bevægelse og oplevelser udendørs højt. Vi har fokus på sang og musik, og snart skal vi i gang med de skønne julesange. Vi vil den næste tid have fokus på højtiden, og den hygge der følger med.

Torsdag d. 21. november holder vi julefrokost for alle aktivitetscenterets borgere og deres pårørende. Invitation og nærmere information følger.

I bliver hentet til aktivitetscenteret mellem 09:00-10:00. Afbud til aktivitetscenteret skal ske senest på dagen mellem 08:30-08:45 på telefon:
72 33 54 50

 Nordens Allé 21
9800 Hjørring

 Mandag - fredag kl. 9.30 - 15.30

 72 33 54 50

Afbestilling af mad: Ved fravær i aktivitetscenteret er du selv ansvarlig for at afbestille eller få maden omdirigeret hjem. Der skal ringes til Køkkenområdet inden kl. 09.00 på tlf. 72 33 58 00. **Afbestilling af kørsel:** kontakt aktivitetscenteret mellem kl. 08.30 - 08.45.

SE UGEPROGRAM PÅ BAGSIDEN



Hjørring Kommune

Mandag

Formiddag: Bevægelse/hjernegymnastik. Træning. Hverdagstræning.

Eftermiddag: Kaffe og kage.

Tirsdag

Formiddag: Hverdagstræning. Bevægelse/hjernegymnastik. Gåtur.

Eftermiddag: Kaffe og kage.

Onsdag

Formiddag: Mandeklub. Kor. Bevægelse/hjernegymnastik.

Eftermiddag: Kaffe og kage.

Torsdag

Formiddag: Træning og sang. Bevægelse/hjernegymnastik. Hverdagstræning.

Eftermiddag: Kaffe og kage.

Fredag

Formiddag: Sang og dans.

Eftermiddag: Kaffe og kage – og ønske hinanden god weekend.



Vi spiser middagsmad ca. kl. 12.00-13.00



Middagshvil kl. 13.00

Ret til ændringer forbeholdes.