



# Kærmindeparkens Brugerråd



## Årsprogram 2015 – 2016

Søren Kierkegaard sagde

Det store er ikke at være enten det ene eller det andet -  
men at være sig selv - og det formår hvert eneste menneske,  
hvis det vil.

<b>Indholdsfortegnelse</b>	Side
Brugerrådet	4
Hjemmesiden	5
Brugerrådets målsætning	6/7
Frivillighed - Pligtvillighed	7/8
Budbringeren	8

## **Månedsoversigt 2015- 2016**

August	9
September	10
Oktober	11/12
November	12/13
December	14/15
Januar 2016	15/16
Februar	16/17
Marts	17/18
April	19
Maj	20
Juni	21
Juli	22

## **Aktiviteter på Kærmindeparken**

Knipling	23
Orkis	23
Beklædningssyning	23
Kortfremstilling	24
PC-kursus	24
Kærmindeparkens Seniorkor	25
Træarbejde, drejning og træskæring	25
Perlesyning	25
Maling på lærred	26
Bogbinding	26
Slægtsforskning	26

Til de spilleglade	26
Banko	26
Billard	27
Bob	27
Dart	27
Kortspil	27
Krolf	27
Mini - golf	28
Tilmelding	28
Kiosken	28

## **Holdtræning m.m.**

Motionsgymnastik	28
Styrketræning	29
Sundhed og bevægelse	29

## **Andre tilbud**

Har du problemer med hørelsen	30
Er det fødderne, det er galt med	30
Kærmindeparkens cafeteria -/- Åbningstider	30/31

## **Busoptimisterne**

Bussen	31
Cykelpiloter	32

## **Dagcenter1 -/- Dagcenter2**

Mandag, tirsdag, onsdag -/- Torsdag, fredag	33/34
Billedside	35
Bagside -/- Kærmindeparken	36



## Brugerrådet:

### Brugerrepræsentanter:

Erik Maul, Formand (EM) [-barde1939@gmail.com](mailto:barde1939@gmail.com) 23 39 48 64

Ella Lauritsen, Næstformand (EL) 86 86 11 93

Erik Skammelsen, Kasserer (ES) 86 86 25 26

Gerda Brøndum, Sekretær (GB) 21 74 85 57

Børge Madsen (BM) 86 86 92 91

Bente Pedersen (BP) 20 21 20 56

Svend Aage Lynge (SÅL) 42 79 98 81

Elly Søndervang (ESO)) 61 99 05 51

### Beboerrepræsentant:

Minna Nielsen (MN) 86 86 19 71

### Afdelingssygeplejerske:

Heidi Johansen (HJ) 87 23 19 03

### Forstander:

Karen Haurum (KH) 87 23 19 01

1. Suppleant Inge Nørgaard

2. suppleant Kirsten Christensen

Brugerrådet holder møde den anden tirsdag i måneden!

### Revisorer:

Verner Nielsen

Frank Jensen

1.suppleant Henning Pedersen

**NYT Brugerrådet har  
Kontortid  
ONSDAGE fra kl. 14 til 15.**



EM



EL



ES



GB



SÅL



BP



BM



ESO



MN



HJ



KH

Årsprogrammet kan ses på: <http://dck-bording.dk/>

Man kan også Google: Dagcenter Kærmindeparken Bording.

Brugerrådet vil bruge siden til at oplyse om bl.a.:

1. Beslutninger fra Brugerrådsmøderne.
2. Eventuelle ændringer i programmet.
3. Billeder fra nogle af årets begivenheder
4. Bemærk nederst til højre på forsiden henvisningerne til f.eks. Ikast-Brande Kommune.

Du kan bruge siden til f.eks.:

1. At hente oplysninger om livet på Kærmindeparken
2. Og rette henvendelser til Brugerrådet.



Wm: 1246

# Dagcenter \*\*\* Kærmindeparken \*\*\* Bording

[I4 Forsiden](#) [Brugerrådet](#) [Frivillig hjælp](#) [Gæstebog](#) [Billed Galleri](#) [Årsprogram](#) [Bus-ordning](#) [Cafeteria/Kiosk](#) [Kontakt](#)



## Velkommen i Dagcentret på Kærmindeparken

Læs mere om Kærmindeparken [klik her](#)  
Hjertestarters placering i Bording [klik her](#)

**Dagcenteret er brugerstyret:**  
Brugerrådet, som er valgt af brugerne, tager sig af den daglige drift af centeret.  
Alle pensionister, førtidspensionister og efterlønsmødtgere i Ikast-Brande kommune, unge som ældre, er velkomne.  
Alle hjælper vi hinanden med at skabe et rart sted at være, så kom og vær en del af os.

**Aktiviteter:**  
Billardklub, bob, kortspil, skak, sangkor, perlesyning, ork. EDB-undervisning, gymnastik, lægtesforskning, kjolesyning, træværksted, bogindbinding.  
Derudover holdes søndagscaféer, banko o.l.  
Kom og vær med i et hyggeligt samvær.

Dagcenteret Kærmindeparken  
Kærmindevej 13 7441 Bording. Tlf. 87 23 19 04  
Åbningstider i dagcenteret  
Mandag - torsdag kl. 9.00 - 16.00 Fredag kl. 9.00 - 12.30

### Opslagstavle:

**Fest i teltet: PA Kærmindeparken.**  
[Klik her](#)  
Tilmelding: [Klik her](#)

**Nyt forløb!!!!**  
Undervisning i Ipad og Mobil:  
[Klik her](#)

Billeder fra 8. klassers undervisning på Ipad  
[Klik her](#)

Sangefermiddag:  
Se billeder [Klik her](#)

**Aktiviteter**  
[Klik her](#)

**Busoptimisterne**  
generalforsamling

**Brugerrådsmødet:**  
Marts: [Klik her](#)

**Hvis din Pc driller:**  
[Klik her](#)  
Om E-Boks: [Klik her](#)  
Bliv dus med din Pc: [klik her](#)  
Nyttige links på nettet: [klik her](#)

**Den gule folder:**  
2014 - 2015  
Læs eller udskriv: [Klik her](#)

**Nyt om Budbringeren:**  
[Klik her](#)

**Ugeplan dagcenter:**  
[Klik her](#)

## **Brugerrådets målsætning:**

Vil være et dynamisk Brugerråd, der ser frem og sætter nye mål til gavn for brugerne.

### **Pkt. 1**

#### **Det gøres ved at:**

- \* Være synlige.
- \* Have indflydelse på hvad der foregår.
- \* Blande sig i aktiviteter og stille krav.
- \* Vide noget om ældres behov.
- \* Orienter sig aktivt om nytænkning, evt. ved hjælp af kurser.

### **Pkt. 2**

Vi ønsker at påvirke udviklingen inden for ældreområdet.

#### **Det gøres ved at:**

- \* Styrke og medvirke til udvikling af kommunens ældrepolitik.
- \* Forøge brugerindflydelse og være med til at sikre brugernes medbestemmelsesret.
- \* Styrke samarbejdet ældreorganisationerne imellem.

### **Pkt. 3**

Vi ønsker at give udfoldelsesmuligheder for derved at styrke den enkeltes selvværd/selvtillid.

#### **Det gøres ved at:**

- \* Være igangsættere.
- \* Lytte til brugerønsker.
- \* At brugerne forbliver aktive og selvhjulpne.
- \* At der er gode aktiviteter.
- \* Være en form for netværk, evt. opsøgende.
- \* At opmuntre hinanden.
- \* Ingen skal føle sig udenfor.
- \* At der er brug for en.
- \* At hverdagen er værdifuld.

### **Pkt. 4**

Vi vil engagere os i det daglige liv i huset til gavn for brugerne og personalet.



### Det gøres ved at:

- \* Bruger-kassen bruges til gavn for brugerne.
- \* Medvirke til at Underhuset må være et godt samlingssted.
- \* Have et godt forhold til beboere og personale.
- \* Være til støtte for Underhusets personale.
- \* Hjælpe til i huset.
- \* Medvirke til godt samarbejde i grupperne.

**Brugerrådets vedtægter** kan ses på Hjemmesiden:  
”Dagcenter Kærmindeparken”.

### **Frivillighed – Pligtvillighed**



Er du frivillig? Er et spørgsmål man ofte bliver stillet. Desværre er der vist en tendens til, at kan man ikke klart definere, at man er frivillig, så rangerer man ikke alt for højt i visse dele af samfundets opfattelse af en.

Den politiske verden har meget travlt med at ville involvere frivillige på alle de områder, hvor der udføres social virksomhed. Selvfølgelig er der, som der altid har været, behov for, at frivillige vil være med til at hjælpe med opgaver i den sociale omsorgsverden. Og der har også altid været frivillige, der har set, at hjælpetrængendes verden bliver lidt mere farverig, hvis man går ind og er med til at farve den verden.

Det kan frygtes, at den politiske verdens megen fokus på at ville inddrage frivillige i mange opgaver, kan få den virkning, at mange holder sig på afstand fordi det at være frivillig, ikke er et job, hvor der

er bestemte opgaver der udføres på bestemte steder til bestemte tider. Den frivillige vil selv helt og holdent have indflydelse på, hvilke opgaver, der skal løses hvornår. Det betyder ikke, at man ikke kan træffe aftaler med den eller de mennesker man f.eks. er besøgsven for, eller på anden måde går til hånd.

Det er bestemt også sådan, at frivillige også er pligtvillige, der træffes mange bindende aftaler. Der hvor dette blads læsere kender bedst til at udføre frivilligt arbejde, Kærmindeparken, aftales der mange ting fra gang til gang, også langt ud i fremtiden kan man have tanker om, hvad alle parter i et frivillighedssamarbejde gerne vil, der skal sættes i kalenderen. Og så bliver det sådan.

I det frivillige arbejde opstår der ofte gode relationer mellem de forskellige parter, og det gør bl.a. den forskel, at der opstår kontakter, der er så fortrolige, at mange nære og måske private ting kan blive samtaleemner. Den slags ting kan ikke styres nogen steder fra, det er noget der opstår, når mennesker mødes om hverdagen og livet.

Gid Kærmindeparken stadig må være og blive *de gode fællesskabers sted*, og livet på de mange måder må udfolde sig, mange ting sker der, og flere nye ting dukker op undervejs. Det fortæller om, at frivillighed og samvær trives på en god måde.

Erik Maul

**Priserne på og tilmelding til arrangementerne** vil blive oplyst ved opslag på Kærmindeparken, Hjemmesiden ([dck-Bording.dk](http://dck-Bording.dk)), Vision Bording, Bording Bys hjemmeside og enkelte gange annoncering i dagspressen.

## Budbringeren



Husk: At du hver måned kan få Budbringeren - Kærmindeparkens månedsblad - ind ad døren, her kan du følge med i de ting, der er sket i huset samt det, der sker fremover.

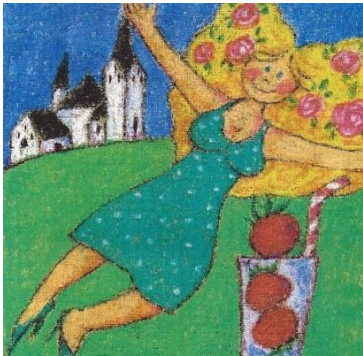
Derudover er der spændende indlæg skrevet af lokale folk. Pris pr. år 150,00 kr.

Henvendelse til personalet i Underhuset.





# Aktiviteter i sæsonen 2015 – 2016



**August**

Tirsdag 18.

**Banko i Salen kl. 13.45.**

Vi har gode gevinster, amerikansk lotteri og gevinster på indgangsbilletterne. Pris kr. 10,- pr. plade. Kaffe og brød kan købes.

**BANKO**



Tirsdag kl.13.45

Tirsdag 25.

**Gudstjeneste i cafeteriet kl. 15.30.**

Lindvig Osmundsen.

Bus kan bestilles i underhuset



Torsdag d. 27.

**Se her dag!**

Kom og oplev de spændende tilbud og aktiviteter i den nye sæson på Kærmindeparken.

Arrangementet er fra kl. 14.00 til 16.00.

Indgangsbilletten er gratis, og kan byttes til en kop kaffe med kage.

*Se opslag på Kærmindeparken og hjemmesiden.*

**Alle er velkomne.**





## September

Torsdag den 17.  
Høstfest i Salen  
kl. 18.00

Sædvanen tro skal  
høsten fejres med ”et

gilde og en dans”. Derfor inviterer Kærmindeparkens Brugerråd til høstfest i Salen på Kærmindeparken. Her vil vi nyde noget dejligt mad og drikke. Anker Svendsen spiller hyggemusik, mens vi spiser, derefter spiller han op til et par timers dans.

Nærmere oplysninger kan ses på hjemmesiden Dagcenter Kærmindeparken og opslag på Vision Bording, Bording Bys hjemmeside og på opslagstavlen ved Brugerrummet.

**Alle er velkommen til denne festaften. PS! HUSK tilmelding.**



Søndag 20.

**Høstgudstjeneste i cafeteriet kl. 14.30**

ved sognepræst Lindvig Osmundsen, Bording. Derefter fælles kaffebord og hygge, hvor vi synger nogle høstsalmer og - sange sammen.



Bus kan bestilles i underhuset. Alle steder, hvor bussen skal køre på søndage, skal den bestilles senest fredag middag kl. 12.

Tirsdag 22.

**Banko i Salen kl. 13.45.**

Vi har gode gevinster, amerikansk lotteri og gevinster på indgangsbilletterne. Pris kr. 10,- pr. plade. Kaffe og brød kan købes.

**BANKO**



**Tirsdag kl.13.45**



## Oktober

Søndag 4.

### Cafehygge i Cafeteriet kl. 14.30

Hans og Tove Thomsen og spiller og synger sammen med os. Se opslag og Budbringer

Entre kr. 40, - de der er på døgnforplejning på Kærmindeparken betaler kr. 20,00.

Mandag 5.

### Influenza-vaccination

i Salen, fra kl. 14.30 - 16.00.

Er gratis for alle over 65 år.

Ældre  Sagen serverer en kop kaffe.



Tirsdag 20.

### Banko i Salen kl. 13.45.

Vi har gode gevinster, amerikansk lotteri og gevinster på indgangsbilletterne. Pris kr. 10, - pr plade. Kaffe og brød kan købes.

**BANKO**



Tirsdag kl.13.45

Tirsdag 20. **OBS: Et enestående tilbud**

kl.18.30 i Salen på Kærmindeparken - Brugerrådet byder på smørrebrød og underholdning med efterfølgende kaffe. Vi har fornøjelsen at kunne præsentere **Trine Gadeberg**, der er meget alsidig og Trine bjergtager sit publikum, når hun med sin fine fortolkningskunst og indlevelsessevne synger med sin smukke stemme.





**Trine Gadeberg** har haft hovedroller i mange teaterforestillinger og musicals. Med sit udprægede komiske talent, har hun boltret sig på landets revyscener. I 2003 blev hun for alvor landskendt, da hun blev én af de mest elskede nisser i dansk julekalender, nemlig Kvik Nissen Pyt i Flemming Jensens 'Nissebanden' på DR.

Nærmere oplysninger om pris og aftenen kan ses på hjemmesiden Dagcenter Kærmindeparken og opslag på Vision Bording, Bording Bys hjemmeside og på opslagstavlen ved Brugerrummet. Se annoncere-ring.

**ALLE er velkomne til dette formidable tilbud.**

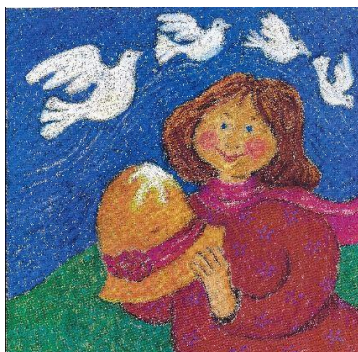
**PS! HUSK tilmelding.**

Tirsdag 27.

**Gudstjeneste i cafeteriet kl. 15.30.**

Lindvig Osmundsen.

Bus kan bestilles i underhuset



**November**

Søndag 1.

**Cafehygge i Cafeteriet kl. 14.30**

Birgit og Frede Søndergård fra Hundested ( Olivias datter) fortæller og viser billeder fra Campbastion og fra soldaterhjemmet i Afganistan. **Se opslag og Budbringer.** Entre kr. 40, - inkl. kaffe-bord. - De der er på døgnforplejning på Kærmindeparken betaler kr. 20,-.

Torsdag d 5.

### **Højskoleeftermiddag i Salen.**

Kl. 14,00. Foredrag ved Peter Thybo, sundhedsinnovator og fysioterapeut. **Peter Thybo** er en internationalt anerkendt specialist i sundhedsfremme og forebyggelse og flere andre sammenhænge. Peter er kendt som en energisk foredragsholder, der kan formidle kompliceret stof enkelt, ofte med overraskende pointer.



**Tilmelding senest d. 29. okt.** på hjemmesiden Dagcenter Kærmindeparken eller på opslagstavlen ved Brugerrummet. Se også opslag på Vision Bording, Bording Bys hjemmeside.

**Alle er velkommen til en spændende eftermiddag.**

**PS! HUSK tilmelding.**

Tirsdag 17.

### **Banko i Salen kl. 13.45.**

Vi har gode gevinster, amerikansk lotteri og gevinster på indgangsbilletterne. Pris kr. 10 pr plade. Kaffe og brød kan købes.

**BANKO**



Tirsdag kl.13.45

Tirsdag 24.

### **Gudstjeneste i Cafeteriet kl. 15.30.**

Lindvig Osmundsen.

Bus kan bestilles i underhuset



Lørdag 28.

### **Julestue/åbent hus.**

Vi har salgsboder, tombola og en masse julehygge.

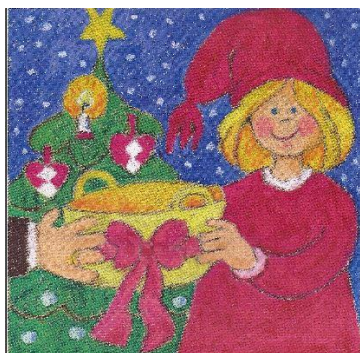
Julestuen er åben fra kl. 10.00 - 13.00.

Nærmere oplysninger kan ses på hjemmesiden Dagcenter Kærmindeparken og opslag på Vision Bording, Bording Bys hjemmeside og på opslagstavlen ved Brugerrummet.

**Alle er velkomne.**



## December

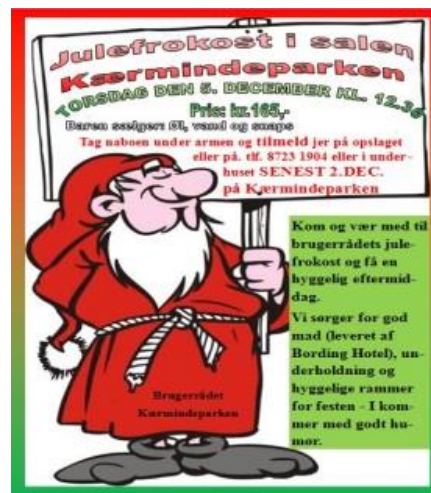


Torsdag 3.

**Brugerrådet indbyder til julefrokost i Salen kl. 12.30.**

Underholdning. **Tilmelding senest d 26. nov.** på hjemmesiden Dagcenter Kærmindeparken eller på opslagstavlen ved Brugerrummet. Se også opslag på Vision Bording, Bording Bys hjemmeside

**Alle er velkommen. PS! Husk tilmelding.**



Søndag 6.

**Cafehygge i Cafeteriet kl. 14,30.**

Elly og Christian fra Silkeborg. De vil synge og spille sammen med os. **Se opslag og Budbringer**

Entre 40,00 kr. - de der er på døgnforplejning på Kærmindeparken betaler kr. 20,-.

Torsdag 10.



**Vi holder julehygge i Cafeteriet kl. 14.15** med juleklip, julegodter, julemusik og sange. Inger Hansen ved klaveret.



Søndag 13.

**Adventsgudstjeneste i Cafeteriet kl. 14.30**

ved sognepræst Lindvig Osmundsen, Bording.

Derefter fælles kaffebord og julehygge.

Kærmindeparkens Seniorkor vil medvirke ved gudstjenesten.



Tirsdag 15

**Julebanko i Salen kl. 13.45.**

Vi har gode gevinster, amerikansk lotteri og gevinster på indgangsbilletterne. Pris kr. 10,- pr plade. . Kaffe og brød kan købes.

**BANKO**



Tirsdag kl.13.45

Torsdag 24.



Juleaften kl. 10,00.

Julegudstjeneste. Lindvig Osmundsen

Bus kan bestilles i underhuset



**Januar 2016**



Søndag 3.

**Cafehygge i Cafeteriet kl. 14.30**

Underholdning på klaver Tove Henriksen og sang ved Bente Meldgaard. Se opslag og Budbringer. Entre kr. 40, - de der er på døgnforplejning på Kærmindeparken betaler kr. 20,-.

Tirsdag 19.

**Banko i Salen kl. 13.45.**

Vi har gode gevinster, amerikansk lotteri og gevinster på indgangsbilletterne. Pris kr. 10, - pr. plade. Kaffe og brød kan købes.

**BANKO**



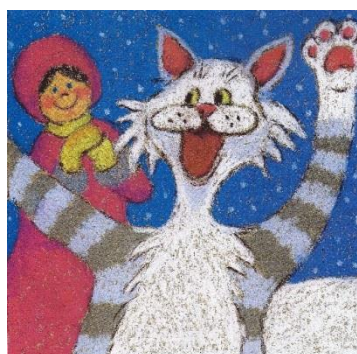
Tirsdag kl.13.45

Tirsdag 26.

**Gudstjeneste i cafeteriet kl. 15.30.**

Lindvig Osmundsen.

Bus kan bestilles i underhuset



**Februar**

Søndag 7.

**Cafehygge i Cafeteriet kl. 14.30**

Underholdning med harmonika ved Sven Odgaard og guitar Jens Martin Gundersen. Vi synger til musikken og får en hyggelig eftermiddag.

Se opslag og Budbringer

Entre kr. 40, - inkl. kaffebord. - de der er på døgnforplejning på Kærmindeparken betaler kr. 20,-.

Tirsdag 16.

**Banko i Salen kl. 13.45.**

Vi har gode gevinster, amerikansk lotteri og gevinster på indgangsbilletterne. Pris kr. 10, - pr. plade. Kaffe og brød kan købes.

**BANKO**



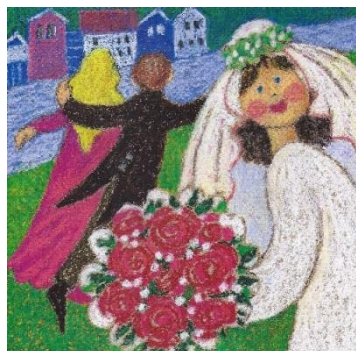
Tirsdag kl.13.45

Tirsdag 23.

**Gudstjeneste i Cafeteriet kl. 15.30.**

Lindvig Osmundsen.

Bus kan bestilles i underhuset



**Marts**

Søndag 6.

**Cafehygge i Cafeteriet kl. 14.30**

Ved Kærmindeparkens Seniorkor. Se opslag og Budbringer  
Entre kr. 40,- inkl. kaffebord. - de der er på døgnforplejning på Kærmindeparken betaler kr. 20,-.

Onsdag 9.

**Højskoleeftermiddag i Salen kl. 14,00.**

Ejvind Nielsen, pensioneret præst. Taler om:

”Humor i tilværelsen”. Han har været fagkonsulent ved Aarhus Skolevæsen, sognepræst ved Ravnsbjergkirken i Aarhus og er nu maler, skulptør og foredragsholder. Humor i tilværelsen handler om humor og livsglæde som fundament og gennemslagskraft i tilværelsen. Overvejelser over livet, og hvad der har betydning for, at livsglæden og det livsbekræftende får plads i hverdagen. Samtidig er det (med mange eksempler) et muntert opgør med magelighed, selvoptagedhed, brokkeri og pessimisme.

**Tilmelding senest onsdag d. 2. marts** på hjemmesiden Dagcenter Kærmindeparken eller på opslagstavlen ved Brugerrummet. Se også opslag på Vision Bording, Bording Bys hjemmeside

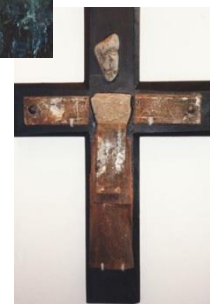
**Alle er velkommen til en spændende eftermiddag.**

**PS! HUSK tilmelding.**





*Ejvind Nielsen – malerier og skulpturer:*



Onsdag 16.

**Forårsfest kl. 18,00**

**Underholdning og spil til dans ved "De Små Synger".**

*De Små Synger, tilstræber at skabe en hyggelig og humoristisk stemning og får publikum til at synge med. Der kommer også en lille sjov historie ind imellem.*



Nærmere oplysninger kan ses på hjemmesiden Dagcenter Kærmindeparken og opslag på Vision Bording, Bording Bys hjemmeside og på opslagstavlen ved Brugerrummet.

**Alle er velkommen til denne festaften.**

**PS! HUSK tilmelding.**

Tirsdag 22.

**Banko i Salen kl. 13.45.**

Vi har gode gevinster, amerikansk lotteri og gevinster på indgangsbilletterne. Pris kr. 10,- pr. plade. Kaffe og brød kan købes

**BANKO**



**Tirsdag kl.13.45**

Tirsdag 29.

**Gudstjeneste i cafeteriet kl. 15.30.**

Lindvig Osmundsen.

Bus kan bestilles i underhuset





April



Torsdag 7.

**Brugerrådets Årsmøde i Salen kl. 14.00.**

Vil du have indflydelse på Brugerrådets arbejde, så er det her, du kan vælge repræsentanter og fremkomme med ønsker til aktiviteter.

Brugerrådet er vært ved kaffen.

Årsmøde /  
generalforsamling

Årsmødet slutter med bankospil, hvor alle deltagerne får en gratis plade. (Se annonce i avisen, opslag, hjemmesiden og Budbringer).

**Medlemskort påkrævet**

Tirsdag 19.

**Banko i Salen kl. 13.45.**

Vi har gode gevinster, amerikansk lotteri og gevinster på indgangsbilletterne. Pris kr. 10,- pr. plade. Kaffe og brød kan købes

**BANKO**



Tirsdag kl.13.45

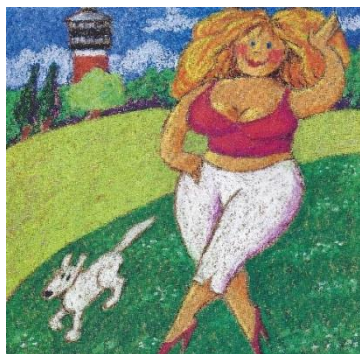
Tirsdag 26.

**Gudstjeneste i cafeteriet kl. 15.30.**

Lindvig Osmundsen.

Bus kan bestilles i underhuset





## Maj

Torsdag 12.

### **Busoptimisterne:**

Busoptimisterne holder generalforsamling kl. 14.00.  
Der bliver serveret kaffe med brød.

Ar.: Busoptimisterne.

**Alle med "buskort" er stemmeberettiget.**

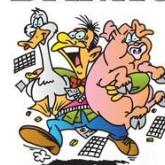


Tirsdag 24.

### **Banko i Salen kl. 13.45.**

Vi har gode gevinster, amerikansk lotteri og gevinster på indgangsbilletterne. Pris kr. 10,- pr. plade. Kaffe og brød kan købes

**BANKO**



Tirsdag kl.13.45

Tors-, fre- og lørdag **26., 27. og 28. maj 2016**  
**Markedsdage i haven på Kærmindeparken:**

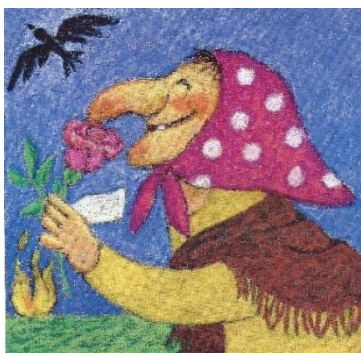


**Gudstjeneste den 29. maj i teltet.**

**Alle er meget velkomne til at deltage i disse sjove og oplevelsesrige dage.**







**Juni**



Fredag 10.

### **Sommerfesten**

i Bording kirke kl. 14.00.

og derefter kaffe og hyggeligt samvær i Kirkehuset, hvor Kærmindeparkens Seniorkor vil synge sommersange og salmer. Arr. Bording og Christianshede menighedsråd. **Alle er velkommen**

Tirsdag 21.

### **Banko i Salen kl. 13.45.**

Vi har gode gevinster, amerikansk lotteri og gevinster på indgangsbilletterne. Pris kr. 10,- pr. plade. Kaffe og brød kan købes

**BANKO**



Tirsdag kl.13.45



Tirsdag 28.

### **Gudstjeneste i Cafeteriet kl. 15.30.**

Lindvig Osmundsen.

Bus kan bestilles i underhuset





**Juli**

Tirsdag den 26.

**Gudstjeneste i cafeteriet.**

Lindvig Osmundsen.

Bus kan bestilles i underhuset



**Nye Ideer!**

Er der nogen, der har nye ideer til aktiviteter og arrangementer, hører vi gerne fra jer.

**HUSK** der hænger en ris, ros og forslagspostkasse ved Brugerrummet, som meget gerne må bruges..



**Ønsker alle en god ferie!**



# Der tilbydes følgende aktiviteter på Kærmindeparken fra efteråret 2015 til foråret 2016.

## Knipling:



Torsdage kl. 13.30 - 16.00. i lige uger EDB-rummet og ulige uger i Brugerrummet.

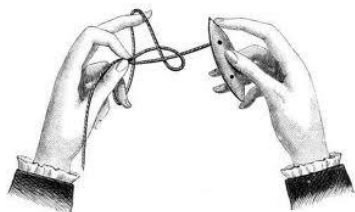
**Tæl til fire – og du kan lære at kniple.**

Knipling er et flere hundrede år gammelt håndværk, der igen har fået en opblomstring. - Den gamle teknik har fået nye udtryk med de anderledes materialer, der bruges i dag. - Kom og vær med: 1 styk flamencoplade 60x60 cm, nogle pinde og lidt garn, og du kan begynde.

Vejleder: Ingrid Lauridsen, Ikast. Email: [i-c-lauridsen@privat.dk](mailto:i-c-lauridsen@privat.dk)

Opstart: Torsdag den 17. sept. 2015.

## Orkis



Mandage kl. 13.30 - 16.00 i EDB-rummet.

Mange smukke ting kan fremstilles med en orkisnål i hånden, bl.a. flakoner og ophæng til jul og påske.

Vejleder: Asta Hansen, Bording. Opstart den 28. sept. 2015

## Beklædningssyning



Onsdage kl. 9.00 - 11.30 i Salen.

Her er et tilbud til dig der gerne vil være aktiv med nål og tråd, og syning af forskellig art. Som f.eks. tøjdyr eller andre ting. Sy hvad du gerne vil, kom med gode ideer, så taler vi om det i hyggeligt samvær - kun fantasien sætter grænser.

Vejleder: Sonja Meldgaard, Ikast. - Start den 23. sept. 2015

## Kortfremstilling:



Onsdage 13.30 - 16.00 i Underhuset

Find nål og tråd, kom og vær med til at sy smukke og festlige kort og telegrammer.

Vejleder: Lisbeth Hermansen. Opstart den 7. okt. 2015

## PC-kurser på Kærmindeparken.



Fire vejledere: Gerda Brøndum, Orla Jensen og Kenneth Lauridsen, Elly Søndervang.

vil være klar til at undervise i EDB.

De fordeler opgaverne i mellem sig på følgende måde:

**Tirsdag fra 14-16.** Opstart 6. okt. 2015 - Kenneth. Se kursusindhold på Dagcenter Kærmindeparkens hjemmeside "PC Begyndere". 20 gange i alt kr. 300,-.

**Torsdag fra 10 – 12** - Opstart 8. okt. 2015. Orla.

Se kursusindhold på Dagcenter Kærmindeparkens hjemmeside "PC Begyndere". 20 gange i alt kr. 300,-.

**Netcafé** : Gerda Brøndum Email: [gevalder@fibermail.dk](mailto:gevalder@fibermail.dk)  
og Elly Søndervang

I net cafeen kan der hentes hjælp til et problem, du står med her og nu omkring et "arbejde" i vil udføre på PC, iPad eller tablets f.eks. Java opdatering, en tekst, et billede, et kort, log på med Nem ID, Borger.dk, søgning på hjemmeside osv.

Det er **IKKE til reparation** af PC, tlf og iPad eller tablets. Det er hjælp til at hjælpe jer over et akut problem.

Der er ingen tilmelding, man kommer bare i åbningstiden og det koster 20,- kr. pr. gang, der er brug for hjælp.

**ÅBNINGSTIDEN er:**

**I lige uger-TIRSDAG fra kl. 9.30 – 11.30 – Opstart: 15.9. uge 38**

**I ulige uger-TORSDAG fra kl 14.00-1600. Opstart 24.9. uge 39**





## Kærmindeparkens Seniorkor



Vi er et blandet kor på nu 34 medlemmer, der øver i Kærmindeparkens sal hver mandag kl. 16 - 17 undtagen i højtider og ferier. Aller er velkomne. Der er ingen krav til nodedenskab eller korerfaring.

Vi synger forskellige sange og salmer med vægt på det folkelige, fornøjelige og "næsten" kun danske repertoire.

Vi optager nye medlemmer efter sommerferien, hvor vi begynder mandag d. 7/9 kl. 16.

Kom og vær med til hyggeligt samvær med andre gæve midtjyder !! Sang gør glad. Bare mød op, der kræves ikke tilmelding.

Evt. henvendelse til

Else Jane Justesen, formand tlf. nr. 40 79 71 55

mail: [elsejane65@gmail.com](mailto:elsejane65@gmail.com)

eller Kirsten J. Poulsgaard, korleder, mobil 20 37 28 76

mail: [kirstenj.p@gmail.com](mailto:kirstenj.p@gmail.com)

## Træarbejde, drejning og træskæring



Tirsdage kl. 14.00 – 16.00 i træværkstedet

Der kan laves mange ting, bl.a. trækvogne, dukkemøbler, blomstersøjler og stumtjenere, du kan dreje skåle og lysestager. Åbent værksted.

Vejleder Jørgen Hansen. Opstart: 6. okt. 2015. Slutter til april.

## Perlesyning:



Tirsdage kl. 13.30 - 16.00 i Brugerrummet.

Kom og vær med til at sy nogle smukke ting i perler, bl.a. halskæder, klokker, kugler og stjerner til jul.

Du kan købe materialer til perlesyning her.

Vejleder: Ulla Nielsen, Ikast. Opstart den 8. sept. 2015

## Maling på lærred:



Tirsdage i ulige uger kl. 13.30 - 16.00 i Hjørnet.

Kom for at prøve at male på lærred. I er velkomne, både hvis I ikke har prøvet det før, eller hvis I har, og måske ønsker at gøre det i selskab

med andre.

Vejleder: Mette Kjær, tlf: 51 51 26 90.

Email: [mette.s.kjaer@live.dk](mailto:mette.s.kjaer@live.dk)

Opstart tirsdag den 6. okt. 2015.



**Bogbinding:** Ved behov kontakt Erik Maul  
tlf. 23 39 48 64



**Slægtsforskning** ved behov kontakt Gerda Brøndum  
tlf. 21 74 85 57



## Til de spilleglade:

Alle ugens hverdage mellem kl. 9.00 og 16.00, er der mulighed for at hygge sig med mange forskellige spil.

### **Bankospil er et hyggeligt spil,** hvor det er

muligt at få gang i adrenalinet. Det er altid spændende de sidste sekunder op til, der bliver råbt **BANKO**. Det er også hyggeligt og fornøjeligt at sidde og sludre sammen over kaffen.

Velkommen til bankospillene i Salen på Kærmindeparken, som altid er **anden sidste tirsdag i måneden**. Og husk lige at **medlemskort** er nødvendigt. Se datoer under månederne.





## Billard:



**Har du lyst til at spille billard**, som både er et socialt - og hyggespil, så er der enkelte ledige pladser på nogle hold. Der er også plads til de, der aldrig har spillet billard før, og der vil i opstarten være mulighed for hjælp og vejledning. Der spilles alle hverdage fra kl. 9 til 16 i Salen.

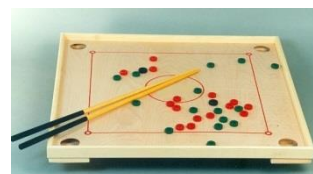
Se evt. selv på opslagstavlen ved billard, hvor der er ledige pladser.

Eller henv. jer til formanden for billardklubben Frank Jensen.

Tlf. 86 86 17 01 / 20 27 59 51- e mail: [jf.jensen@mail.dk](mailto:jf.jensen@mail.dk)

Kontingent: 150 kr. pr. kalenderår samt et gyldigt **medlemskort**.

**Bob:** Der kan spilles Bob alle ugens hverdage mellem kl. 9.00 og 16.00. Henv. til Johan Pedersen, tlf. 20 61 49 02. Kræver gyldigt **medlemskort**.



**Dart:** Der er ligeledes mulighed for at spille **DART** alle ugens hverdage mellem kl. 9.00 og 16.00 på Kærmindeparken. Henv. til Underhuset mellem kl. 9.00 og 12.00 eller på tlf. 87 23 19 04 samme tidsrum. Kræver **medlemskort**.

**Kortspil:** Der er også mulighed for et spil kort alle ugens hverdage mellem kl. 9.00 og 16.00. Kræver **medlemskort**.



## Krolf:

Onsdage kl. 14,00.

Et fornøjeligt spil, som drives i den frie luft, som man er velkommen til at dyrke med venner og bekendte, man kan også danne spillehold, og på den måde være mange sammen om en god oplevelse. I sommerperioden spilles fast hver onsdag eftermiddag. Nye er velkomne. Ved deltagelse på det/de faste hold er kontingentet kr. 50,- pr. kalenderår samt gyldigt **medlemskort**. Opstart sæson 2016 er onsdag d. 6. april.

## Mini-golf:



Alle der har lyst kan frit benytte Mini-golfbanen, så tag familie og venner med og få en god oplevelse på Kærmindeparken.

**Børn kun ifølge med voksne**

## Tilmelding til de forskellige hold:

Er du interesseret, kan du møde op den første dag.

## Kiosken:



er kommet på hjul, og kan transporteres rundt. Det betyder, at den hver mandag og torsdag kl. 10,00 bliver kørt op til Kærmindeparkens hovedindgang, og køres derfra igen kl. 11,30.

Meningen med at gøre kiosken rullende og køre den op til hovedindgangen er, at det skal være lettere for Kærmindeparkens beboere at kunne købe de fornødenheder, som man nu kan have brug for. Andre, der kommer i huset, er også velkommen til en snak og/eller en handel.

## Tilbud om holdtræning m. m.

### Motionsgymnastik:

Onsdage kl. 14,00 – 15.00 i Salen



Har du lyst, og føler du, at du trænger til motion, så kom og vær med til gymnastik, under ledelse af gymnastikleder Inger Rasmussen og med Inge Lykke Larsen, Kærshovedgård 11, 7430 Ikast ved klaveret. Alle - både mænd og kvinder er velkommen. Antal: Mindst 15. 10 x før jul og 10 x efter jul. Opstart onsdag den 23. sept.2015.

## Styrketræning:

Hva´ så - siger du det er dyrt - medicin selvfølgelig. Så gå da ned i Underhuset!

Der er en masse, der tror, de fejler alt muligt. Men prøv at se hvor de ”aser” og ”maser” med de mange sjove ting, som hjælper på ryg, knæ, lår, skuldre og ”mave”.

Der er truffet aftale med fysioterapeut Lotte Gilkrog. Hun vil lave en rullende plan, så man kan se, hvornår hun er at træffe i motionsrummet. Se denne plan som vil være slået op bl.a. i motionsrummet og benyt jer af Lotte. Hun vil gerne give råd og vejledning om, hvordan man får mest glæde af brugen af de forskellige hjælpemidler.

Samværet med andre gir´ et godt ”humør”, og det er jo ekstra!

Åbningstider: Hverdage fra kl. 7.00 - 21.30. Udenfor dagcentrets åbningstid skal hovedindgangen benyttes.

Hold: Onsdag fra 14.00 - 15.00.

Instruktør: Johan Pedersen, Bording, tlf: 20 61 49 02.

Kontingent: 150,00 pr. kalenderår samt gyldigt medlemskort.



## Sundhed og Bevægelse:

I Ikast-Brande Kommune er sundhed sat højt på dagsordenen, i form af forebyggende og sundhedsfremmende initiativer.

*Sundhedsteamet i sundhedscenteret* arbejder med at give tilbud, bl.a. til folk med kroniske lidelser. Tilbuddene skal hjælpe til at de, på trods af deres sygdom, får så godt et liv som muligt.

På Kærmindeparken kommer fysio- og ergoterapeuter fra kommunens træningsteam. Hvis du oplever behov for træning, er det muligt at blive henvist af egen læge eller via Visitation og Myndighed, Centerparken 1, 7330 Brande.

Derudover har du følgende muligheder på Kærmindeparken:

- Deltage i arrangementer der bevæger dig både fysisk og mentalt.
- Benytte Brugerrådets tilbud om træning i motionsrummet og motionsgymnastik.



## Har du problemer med hørelsen?



Hvis I har behov for vores hjælp og vejledning kan I kontakte os på tlf. 9960 4796 (mellem 8 og 9). Ellers er I velkommen på Servicecenter Frisenborgparken. Der er fast træffetid alle tirsdage mellem 11 og 12. Nye batterier bestilles på [Borger.dk](http://Borger.dk).

Med venlig hilsen  
Hørevejlederne.

## Er det fødderne, det er galt med?



Vi har en foddame - *Lone Kusk* - i huset en gang i måneden. Du kan bestille tid hos hende på tlf. 97 25 19 70.

## Kærmindeparkens cafeteria:



På Kærmindeparken har du mulighed for at købe din kaffe eller frokost i vores dejlige cafeteria. Du har også mulighed for at købe din varme mad om aftenen, men så vil vi bare meget gerne vide det 3 dage i forvejen, så vi kan sørge for, at der er nok til alle.

Fra vores kaffeautomat kan vi tilbyde forskelligt specialkaffe samt varm chokolade. Der er altid dagens brød til både formiddags- og eftermiddagskaffe.

Til frokost er der en frokostret, som vil variere alt efter årstid og ønsker. På hverdage vil der ofte være forskelligt underholdning i cafeteriet. Følg med i dette på månedsplanen, som du kan finde i Budbringeren eller på tavlen ved Salen. Vi glæder os til at se jer alle og håber, at I vil benytte jer af vores cafeteria.



## **Cafeteriets åbningstider på alle hverdage:**

Formiddagskaffe mellem	10.00 og 10.45
Frokost mellem	11.30 og 12.30
Eftermiddagskaffe mellem	14.30 og 15.30
Aftensmad mellem	17.30 og 18.30

## **Busoptimisterne:**

Du er velkommen til at blive medlem af bussen. Din støtte vil gøre, at der også fremover er mange, der kan få glæde af bussen. Som medlem



af bussen har du mulighed for at blive hentet, når du skal til aktiviteter på Kærmindeparken. Det koster 75 kr. om året at være medlem. Beboere i huset er automatisk medlem, da huset betaler fælleskontingent.

Derudover betales kr. 25,- pr deltager pr. tur. Ved længere ture aftales prisen i forvejen med formanden, (p.t. kr. 2.50 pr km.) Priserne er gældende fra jan. 2015.

**Du kan reservere bussen hos underhusets personale i arbejdstiden (tirsdag og torsdag fra kl. 9.00 til kl. 16.00 og mandag, onsdag og fredag fra kl. 9.00 til kl. 12.00 på telf.: 87 23 19 04).**

Ved arrangementer, der afholdes om søndagen (Cafehygge og gudstjenester) på Kærmindeparken, kan der bestilles bus senest **FREDAG MIDDAG KL. 12.00** i Underhuset tlf: 8723 1904.

Øvrige henvendelser sker til formand:  
Kaj Søgaard tlf. 40 94 22 22



**Cykelpiloter** – Frivillige og pårørende opfordres til at melde sig som cykelpiloter til de nye Rickshawcykler. Vi påtænker at oprette et korps, vi kan kontakte, når der er brug for cykelpiloter. Henv. Underhuset tlf. 87 23 19 04 eller tlf. 87 23 19 00.

Inden opstart, skal der cykles en prøvetur og der gives instruktion i brugen.

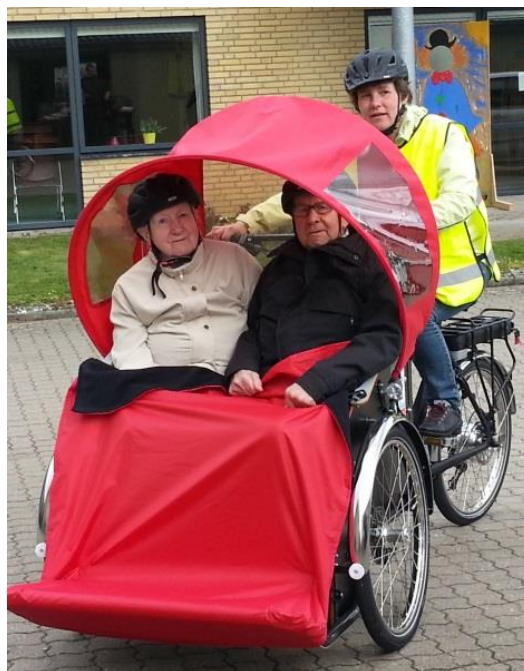
**Karen Haurum afleverer  
Guldsaksen på en fin  
Rød pude**



**Carsten Kissmeyer klipper snoren til  
de nye rickshaw cykler.**



**Klar til afgang på ”jomfruturen”.**



**Hjemkomst efter ”jomfruturen”.**





## *Dagcenter 2015 – 2016.*

<b>Uge:</b>	<b>Mandag:</b>	<b>Tirsdag:</b>	<b>Onsdag:</b>
Formiddag		Kortspil UNO Hjørnet / EDB	9.00 – 11,30 Syning i salen
		Net café <b>i lige uger</b> i EDB-rummet	Bob i Salen
	Billard i salen	Billard i salen	Billard og bob i Salen
	Styrketræning	Styrketræning	Styrketræning
Eftermiddag		14.00 – 16.00 Træarbejde i træværkstedet	13,30 – 16,00 Kortfremstilling i EDB-rummet
	13.30-16.00 Orkis i EDB- rum	14.00 – 16.00 PC-kursus i EDB-rummet	14.00-15.00 Motionsgymnastik i Salen.
		13.30-16.00 Maling på lær- red i Hjørnet i ulige uger.	14.00 -16.00 Krolf Lysthuset og græsarealerne
	16.00 – 17.00 Kor i Salen.	13.30-16.00 Perlesyning. Brugerrummet	14.00-15.00 Brugerrådet Kon- tortid. Brugerrummet
	Billard i Salen	Billard i Salen	Billard i Salen

<b>Uge:</b>	<b>Torsdag:</b>	<b>Fredag:</b>	
Formiddag	10.00-12.00 PC-kursus i EDB- rummet		
		Mulighed for kortspil i Salen	
	Billard i Salen	Billard i Salen	
	Styrketræning	Styrketræning	
Eftermiddag	13.30-16.00 Knipling i <b>ulige</b> <b>uger Bruger-</b> <b>rummet.</b> Ellers EDB-rummet		
	Net café i <b>ulige</b> <b>uger</b> i EDB-rummet		
	Billard i Salen	Billard i salen	
	Styrketræning		

# Årets gang på Kærlighedsparken



**Julefrokost**



**Juletræet**

**tændes i haven**



**Førstehjælpskursus**



**Succesfuld aften  
med Tina Siel**



**Fantastisk Frivillig-  
fest med HKH Dron-  
ning Margrethe d. II  
og Arne Lundemann**



# Kærmindeparken

Danske Diakonhjem

Kærmindevej 13

7441 Bording

Kærmindeparken Tlf.: 87 23 19 00

Underhuset Tlf.: 87 23 19 04

Åbningstider i dagcenteret

Mandag - torsdag kl.: 9,00 - 16,00

Fredag kl.: 9,00 - 12,30

