



Kærmindeparkens Brugerråd



Årsprogram 2016 - 2017

Abraham Lincoln sagde engang:

Og til slut er det ikke mængden af år i dit liv, der tæller
- det er mængden af liv i dine år.



Indholdsfortegnelse	Side
Brugerrådet	4
Hjemmesiden	5
Brugerrådets målsætning	6/7
Tab for alt ikke lysten	7/8
Priser og tilmelding	8
Budbringeren	8
Månedsoversigt 2016- 2017	
August	9
September	10/11
Oktober	11/12/13
November	13/14
December	14/15/16
Januar 2017	16
Februar	17
Marts	18/19
April	19/20
Maj	20/21
Juni	22
Juli	23
Aktiviteter på Kærmindeparken	
Knipling	24
Orkis	24
Beklædningssyning	24
Kortfremstilling	25
Engelsk	25
Net Café	26
Kærmindeparkens Seniorkor	26
Træarbejde, drejning og træskæring	27
Perlesyning	27
Maling på lærred	27
Bogbinding	27
Slægtsforskning	27
Til de spilleglade	28

Spilleformiddag HVER TORSDAG i salen	28
Banko	28
Bob	28
Billard / Pool	29
Dart	29
Kortspil	29
Mini – golf	29
Krolf	30
Tilmelding	30
Kiosken	30

Holdtræning m.m.

Motionsgymnastik	31
Styrketræning	31
Sundhed og bevægelse	32

Andre tilbud

Har du problemer med hørelsen	32
Kærmindeparkens cafeteria -/- Åbningstider	33

Busoptimisterne

Bussen	33/34
Cykelpiloter	34
Årets gang på Kærmindeparken 2015/16	35/36

Dagcenter1 -/- Dagcenter2

Mandag, tirsdag, onsdag -/- Torsdag, fredag	37/38
Velkommen til Kærmindeparken	39
Bagside -/- Kærmindeparken	40



Brugerrådet:

Brugerrepræsentanter:

Erik Maul, Formand (EM)- 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
Ejnar Laursen (EJL)	60 47 18 39
Grethe Kristiansen (GK)	29 44 38 71
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 20

Forstander:

Karen Haurum (KH) 87 23 19 01

1. Suppleant Birgit Brødsted
2. suppleant Margrethe Thermansen

Brugerrådet holder møde den anden tirsdag i måneden!

Revisorer:

Verner Nielsen

Frank Jensen

1. suppleant Henning Pedersen



EM



EL



ES



GB



SÅL



ESO



GK



EJL



MN



KH



HJ



**NYT Brugerrådet har
Kontortid
ONSDAGE fra kl. 10 til 12.**

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.

Dagcenter *** Kærmindeparken *** Bording

Til Forælder Brugerrådet Frivillig hjælper Casusbog Billed Galleri Ansøgning Bus-ordning Cafeteria/Kiosk Kontakt




Velkommen i Dagcenteret på Kærmindeparken


Læs mere om Kærmindeparken [Klik her](#)
Hjertestarters planering 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 efterlønsmødtagere 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:
Billiardklub, bob, kortspil, skak, sangkor, perlesyning, orkio, EDB-undervisning, gymnastik, slægtforskning, kjolesyning, træværktøed, 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

**Brugerrådsmøde:**
Maj: [Klik her](#)
Kontortider:
Ondage kl. 14.-15.

**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:**
2015 - 2016
Læs eller udskriv: [Klik her](#)
Ugeplan 2015 - 2016
[Klik her](#)

**Sommerfesten i Bording kirke**

**Gudstjeneste i teltet:**

**Markedsdage i haven på Kærmindeparken:**

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

**Opslagstavle:**
Nyhedsbrev Maj:
[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”.

Tab for alt ikke lysten

”Tab for Alt ikke Lysten til at gaae: jeg gaaer mig hver Dag det daglige Velbefindende til og gaaer fra enhver Sygdom; jeg har gaaet mig mine bedste Tanker til, og jeg kjender ingen Tanke saa tung, at man jo ikke [kan] gaae fra den. Selv om man gik saaledes efter sit Helbred, at dette bestandigt var een Station forud – jeg vilde dog sige: gaae! Det er jo ogsaa aabenbart[,] at man dog ved at gaae bestandigt kommer Velbefindendet saa nær som det er En muligt, selv om man ikke ganske naaer det, – men, ved at sidde stille, og jo mere man sidder stille, desto nærmere kommer Ildebefindendet. Kun i Bevægelse er Sundheden og Frelsen at finde. Nægter Nogen, at Bevægelsen er til: saa gjør jeg som Diogenes, saa gaaer jeg. Nægter Nogen, at Sundheden er i Bevægelsen, saa gaaer jeg fra alle sygelige Indvendinger. Naar man saaledes bliver ved at gaae, saa gaaer det nok.”. *Søren Kierkegaard.*



Vi lever i en tid, hvor vi tror, at vi har opfundet alt, hvad der er sundt. Men den gode Søren Kierkegaard var et gående menneske, han gik rundt i sin by, København, og der talte han med mennesker. Han talte med håndværkere, gadefejere, bagerjomfruer, bydrengene, skolebørn og

mange flere. Han var faktisk sikker på, at når han talte med ganske almindelige hverdagsmennesker, fik han det mest sande billede af det virkelige liv. Det var disse vandreture, der gav ham inspirationen til alt det han skrev - og det var jo ikke lidt. Søren Kierkegaard kaldte vandreturene rundt i København for sit ugentlige menneskebad, dermed siger han vel noget om, hvor vigtigt det er at leve, virke, færdes sammen med og tale med andre mennesker, ikke alene dem man kender eller føler sig ligesindet med, men alle dem, man møder på sin vej.

I fællesskab kan vi være med til at gøre Kærmindeparken til *De gode fællesskabers Sted*. Det er godt at bevare lysten til at gå og leve sammen med andre, vi får inspiration og vi inspirerer hinanden.

Erik Maul

Priserne på og tilmelding til arrangementerne

vil blive oplyst ved opslag på Kærmindeparken, Hjemmesiden (dck-Bording.dk), Vision Bording, Bording Bys hjemmeside, Opslag i byen og enkelte gange annoncering i dagspressen.

Budbringeren

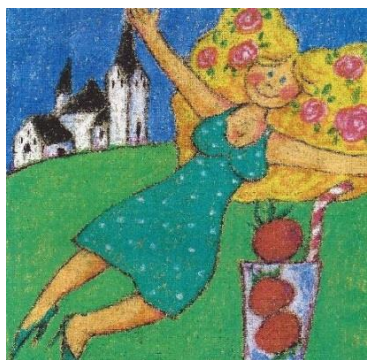


Husk: At du hver måned kan få Budbringeren - Kærmindeparkens månedsblad - ind ad døren, her kan du følge med i de ting, der er sket i huset samt det, der sker fremover. Derudover er der spændende indlæg skrevet af lokale folk. Budbringeren kan også købes elektronisk til samme pris pr. år 150,00 kr.



Henvendelse til personalet i Underhuset eller kontoret.

Aktiviteter i sæsonen 2016 - 2017



August

Tirsdag 23.

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

Torsdag. 25.

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, Vision Bordning og hjemmesiden.

Alle er velkomne.



Tirsdag 30.

Gudstjeneste i cafeteriet kl. 15.30.

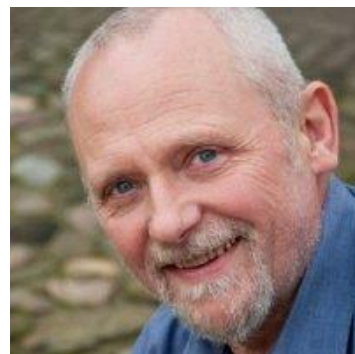
Lindvig Osmundsen.

Bus kan bestilles i underhuset





September



Tirsdag 13

Højskoleeftermiddag i Salen.

Kl. 14,00. Foredrag ved Ebbe Larsen, der i 1999 tiltrådte som formand på Møltrup. Ebbe Larsen er tidligere lærer på Hestlund Efterskole.

Ebbe Larsen – Fortæller om livet på Møltrup

Tilmelding senest d. 9. september på hjemmesiden Dagcenter Kærmindeparken eller på opslagstavlen ved Brugerrummet. Se også opslag i byen, på Vision Bording og Bording Bys hjemmeside.

Alle er velkommen til en spændende eftermiddag.

PS! HUSK tilmelding

Søndag 18.

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 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 den 20.
Høstfest i Salen**
kl. 18.00

Sædvanen tro skal høsten fejres med "et gilde og en dans". Derfor inviterer Kærmindeparkens Brugerråd til høstfest i Sa-



len 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, på opslagstavlen ved Brugerrummet og i Budbringeren..

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



Oktober

**Søndag 2.
Cafehygge i Cafeteriet kl. 14.30**

Else Langkær fra Kibæk fortæller små historier og synger sammen med os. Se opslag og Budbringer

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

Mandag 10.

Influenza-vaccination

i Salen, fra kl. 14.30 - 16.00.

Er gratis for alle over 65 år.



Ældre  Sagen serverer en kop kaffe.

Torsdag 13.

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 **Michael Winckler**. Michael Winckler er, som navnet måske antyder, søn af den folkekære sanger Gustav Winckler, som siden midten af 1950'erne var bosat i Mosede.



Denne torsdag kan publikum forvente en sanger, der både synger sine egne sange, og i særdeleshed crooner sig igennem sin far, Gustav Wincklers, bedste evergreens.

Ligheden mellem Gustav og Michael Wincklers stemmer er så stor, at mange er i tvivl om, hvem de hører synges. Så når sønnen tager sin fars sange under kærlig behandling, kommer man ikke meget tættere på "den ægte vare"! Michael Winckler har skrevet mange iørefaldende melodier og har optrådt adskillige gange på tv og i radio. Han har desuden også udgivet flere CD-er med både sine egne og sin fars sange på.

Nærmere oplysninger om pris og aftenen kan ses på hjemmesiden Dagcenter Kærmindeparken og opslag i byen, på Vision Bording, Bording Bys hjemmeside og på opslagstavlen ved Brugerrummet. Se annoncering.

ALLE er velkomne til dette formidable tilbud.

PS! HUSK tilmelding.

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



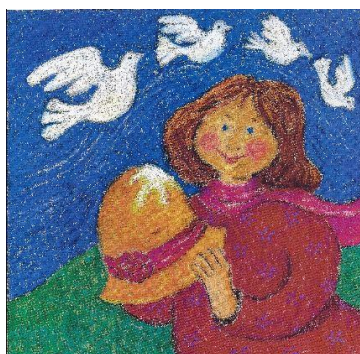
Tirsdag kl.13.45

Tirsdag 25.

Gudstjeneste i cafeteriet kl. 15.30.

Lindvig Osmundsen.

Bus kan bestilles i underhuset



November

Søndag 6.

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,-.

BANKO



Tirsdag kl.13.45

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.

Lørdag 26.

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.

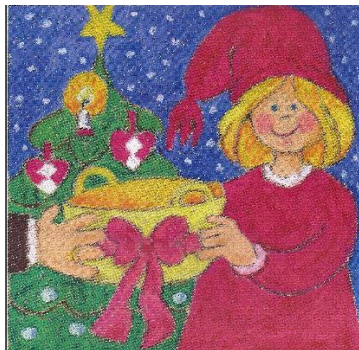


Tirsdag 29.

Gudstjeneste i Cafeteriet kl. 15.30.

Lindvig Osmundsen.

Bus kan bestilles i underhuset



December



Torsdag 1.

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 4.

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 15



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

Søndag 11.

Adventsgudstjeneste i Cafeteriet kl. 14.30

ved sognepræst Lindvig Osmundsen, Bording.



Derefter fælles kaffebord og julehygge. Kærmindeparkens Seniorkor vil medvirke ved gudstjenesten.



Tirsdag 20.

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



Lørdag d 24.
Julegudstjeneste i Cafeteriet.
Juleaften kl. 10,00.
Lindvig Osmundsen



Januar 2017



Søndag 8.

Cafehygge i Cafeteriet kl. 14.30

Amanda Sjursen (Anne Hagelskjærs barnebarn) kommer og fortæller og viser billeder fra sin rejse på skibet : "Logos Hope" fra aug. 2014 til aug. 2015. Se opslag og Budbringer. Entre kr. 40, - de der er på døgnforplejning på Kærmindeparken betaler kr. 20,-.

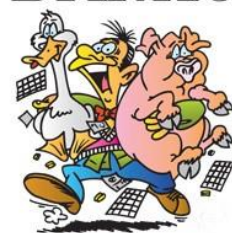


Tirsdag 24.

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

Tirsdag 31.

Gudstjeneste i cafeteriet kl. 15.30.

Lindvig Osmundsen.

Bus kan bestilles i underhuset





Februar



Søndag 5.

Cafehygge i Cafeteriet kl. 14.30

Tove Henriksen kommer og spiller klaver sammen med sin veninde Bente Meldgaard, som vil synge for os. Der bliver også mulighed for at synge fællessange. Se opslag og Budbringer

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

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.

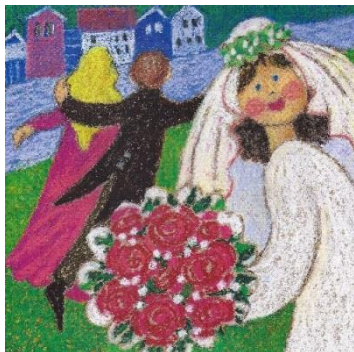
Lindvig Osmundsen.

Bus kan bestilles i underhuset



Fastelavn
er mit navn





Marts

Søndag 5.

Cafehygge i Cafeteriet kl. 14.30

Underholdning og fællessang i salen sammen med Kærmindeparkens Seniorkor ved korleder og organist Kirsten Poulsgaard. Se opslag og Budbringer. Entre kr. 40, - inkl. kaffebord. - de der er på døgnforplejning på Kærmindeparken betaler kr. 20,-.

Torsdag 14.

Højskoleeftermiddag i Salen kl. 14,00 ved - Fængselspræst Steen Andreassen-

Hvordan kan et menneske fængsles i 27 år og som fri mand blive den største fortaler for forsoning? Foredraget skildrer i ord og billeder Mandelas vej til frihed og forsoning, og Steen Anderassen fortæller om sit eget og andres møde med Mandela.

Tilmelding senest tirsdag d. 7. 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.



KÆRMINDEPARKEN
Mandelas vej til frihed og forsoning

Foredrag ved fængselspræst Steen Andreassen, Silkeborg

TORS DAG D. 14. MARTS KL. 14.00 - 16.00

Hvordan kan et menneske fængsles i 27 år og som fri mand blive den største fortaler for forsoning?
Foredraget skildrer i ord og billeder Mandelas vej til frihed og forsoning, og Steen Anderassen fortæller om sit eget og andres møde med Mandela.

Alle er velkomne!
Der serveres kaffe med tilbehør

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



April



Torsdag 6.

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 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



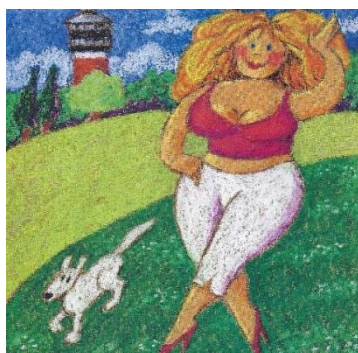
Tirsdag kl.13.45

Tirsdag 25

Gudstjeneste i cafeteriet kl. 15.30.

Lindvig Osmundsen.

Bus kan bestilles i underhuset



Maj



Onsdag 10.

Busoptimisterne:

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

Ar.: Busoptimisterne.

Alle med "buskort" er stemmeberettiget.



Markedsdage

Tors-, fre- og lørdag 18., 19. og 20. maj 2017

Markedsdage i haven på Kærmindeparken:



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

Søndag d. 21.

Fælles Friluftsgudstjeneste Kærmindeparken

Kl.10.15



Tirsdag 23.

Banko i Salen kl. 13.45.

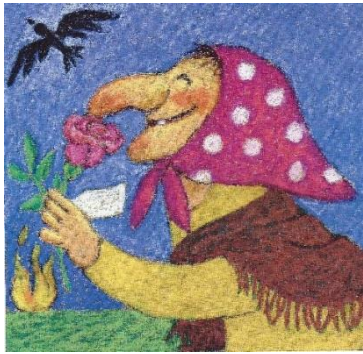
Vi har gode gevinster, amerikansk lotteri og gevinster på indgangsbilletterne. Pris kr. 10, - pr. plade. Kaffe og brød kan købes

BANKO



Tirsdag kl.13.45





Juni



Fredag 16.

Sommerfesten kl. 14.00

i Bording kirke 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 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



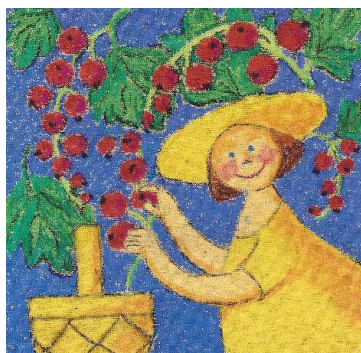
Tirsdag 27.

Gudstjeneste i Cafeteriet kl. 15.30.

Lindvig Osmundsen.

Bus kan bestilles i underhuset





Juli



Beboerne på Kærmindeparken tog til Hawaii

Tirsdag den 25.

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..



**Brugerrådet
Ønsker alle en god ferie
og sommer!**



Der tilbydes følgende aktiviteter på Kærmindeparken fra efteråret 2016 til foråret 2017.

Knipling:



Torsdage kl. 13.30 - 16.00 i EDB-rummet

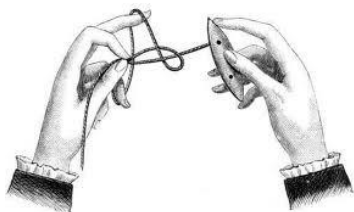
Tæl til fire – og du kan lære at kniple.

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

Opstart: Torsdag den **22.** sept. 2016.

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 26. sept. 2016

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 21. sept. 2016

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 5. okt. 2016

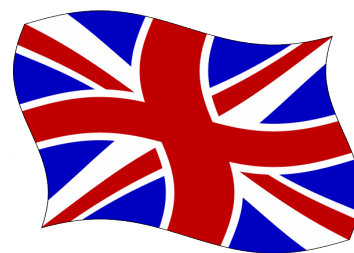
Engelsk for begyndere

NYT

Mandage 10.00 – 12.00 i EDB

Vejleder: Per Villumsen – **Opstart 12. sept.**

pervil@mail.dk



Per skriver i sin **introduktion af begynderengelsk:**

hvordan han ud fra de erfaringer, han har gjort med at undervise i Engelsk for nybegyndere for Ældre Sagen i Ikast.

Hans udgangspunkt har været, at det ikke er grammatik og korrekt engelsk, der gi'r ældre mod på at blive "indført" i det engelske sprog.

Derimod er det at fjerne den generthed, der ofte opstår, når man skal tale et sprog, man ikke mestrer komplet.

Der er især 2 områder, han har arbejdet ud fra:

1. At deltagerne bli'r i stand til at "small talke" f.eks. i forbindelse med ferie i udlandet.

2. At vi gennem gruppearbejde, får fjernet genertheden, så alle ender op med at få så meget selvtillid, at de tør bruge engelsk.

Han bruger Internettet, og har fundet gode sider til brug for læring på begynder niveau f.eks: **da.speaklanguages.com**, her findes glosser, sætninger med engelsk tale.

sproglinks.dk engelsk for begyndere – opgaver i engelsk

Vi laver spil, f.eks. "domino brikker" med tegninger og tekst, der så skal matches korrekt.

Selvfølger vi om hvilke ønsker "deltagerne" kunne tænke sig, vi kunne ha' focus på.

Håber, at dette gi'r et indtryk af, hvordan han griber det an.



Netcafé : Gerda Brøndum

Email: gevalder@fibermail.dk

og Elly Søndervang

Email: ellysondervang@hotmail.com

NY KONCEPT

I net cafeen kan der hentes hjælp til et problem, du står med her og nu omkring et "arbejde" du 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 i Net Cafeen.

ÅBNINGSTIDEN er: ONSDAGE FRA KL. 10.00 – 12.00

Opstart: onsdag den 7. september 2016 i Brugerrummet.

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.

Alle er velkomne. Der er ingen krav til nodekendskab 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. 5. september 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

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

mail: kirstenj.p@gmail.com

Træarbejde, drejning og træskæring



Tirsdage kl. 14.00 – 16.00 i træværkstedet

Der kan laves mange ting, eks. .
foderbrætter, fuglehuse mv .Du
kan dreje forskellige ting.. Kom

selv med ideer eller evt. bestillinger.

Åbent værksted.

Vejleder Jørgen Hansen. Opstart: 4. okt. 2016.

Slutter til april 2017.



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 13. sept. 2016

Maling på lærred:



Vi forsøger at finde en vejleder og
søger på Vision Bording



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



Slægtsforskning - Onsdage 10 – 12

Opstart: 7. sept. 2016

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.

Det er for både
mænd og kvinder **Nyt tiltag**
Hver **TORSDAG** fra
kl. 10.00 - 12.00
er der **spilleformiddag**
i Salen
på Kærmindeparken

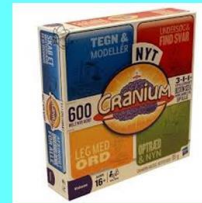
Kom og få

- en hyggeformiddag
- et godt grin
- en snak med andre
- m. m

Kom når du har tid og lyst til et spil med andre bordingensere.

Du kan også selv medbringe spil

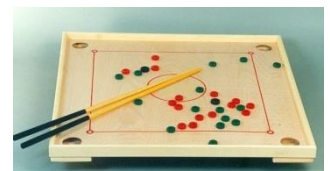
Dette er eksempler på spil.



Kræver gyldigt medlemskort

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.

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**.



Billard og Pool:



Har du lyst til at spille billard og pool, som både er et socialt - og hygge-spil, **så er der flere 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

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



Dart: Der er ligeledes mulighed for at spille **DART** alle ugens hverdage mellem kl. 9.00 og 16.00 på Kærmindeparken. Det er bedst at være en 3 - 4 stykker af gangen. Alle både øvede og de, der aldrig har prøvet er der plads til. Henv. til Valder Rumann Chr. tlf. 21 74 85 57.

Kræver **medlemskort og egne pile til elektronisk spil..**

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



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.

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 altid velkomne og kan starte op når som helst. Ved deltagelse på det/de faste hold er kontingentet kr. 50,- pr. kalenderår samt gyldigt medlemskort.

Opstart sæson 2017 er onsdag 5. april.

Tilmelding til de forskellige hold:

Er du interesseret, kan du møde op den første dag eller bare komme og spørge ind til at kunne deltage.

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 21. sept.2016. **Husk gyldigt medlemskort..**



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 ”ma-



ve”. Der er truffet aftale med fysioterapeut Lotte Gilkrog. Man kan se, hvornår hun er at træffe i motionsrummet. Hun vil gerne give råd og vejledning om, hvordan man får mest glæde af brugen af de forskellige hjælpemidler. Denne vejledning er gratis.

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

Åbningstider: Hverdage fra kl. 8.00 – 16.00.

Vejleder: 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.

Med venlig hilsen
Hørevejlederne.

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	12.00 og 13.00
Eftermiddagskaffe mellem	14.30 og 15.30
Aftensmad mellem	18.00 og 19.00

Vær opmærksom på, at der kan ske ændringer.



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.).

Hjemmeboende kan kun køres til arrangementer på Kærmindeparken.

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).

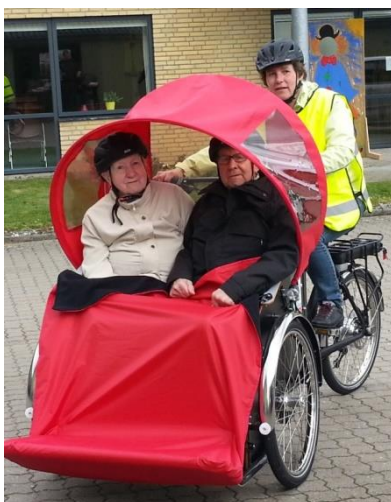
Ved arrangementer, der afholdes om søndagen (Cafehygge og gudstjenester) på Kærmindeparken, kan der bestilles bus senest **FREDAG MIDDAG KL. 12.00** i Underhuset tlf: 8723 1904.

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



Cykelpiloter – Frivillige og pårørende opfordres til at melde sig som cykelpiloter til Rickshawcyklerne. Vi har oprettet 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.



Hver gang du ønsker at pleje et medmenneske, er du med til at forandre Verden lidt. Det er ingen skam at værdsætte egen gerning, som er baseret på kærlighed, styrke og modet til at drage omsorg for andre!

Årets gang på Kærmindeparken 2015 / 2016



*Brugerrådets
25. års jubi-
læum 1. april
2016.*

*Med ca 60
besøgende*



*En dag var der bestilt for mange agurker, men disse 3 damer,
vidste, hvad de kunne bruges til - agurkesalat, så de gik flukks
i gang.*





*Markedsdage og
Gallafest*



*Pensionist
prinsen kom lige
forbi. MEN på
grund af jagon -
kan han ik bli'
kong.*



*Brugerrådet har en "KVAJEHAT" og her er nuvæ-
rende indehaver.*



3 herrer til Høstfest.

Dagcenter 2016 – 2017.

Uge:	Mandag:	Tirsdag:	Onsdag:
Formiddag	10.00 – 12.00 Engelsk I EDB rummet		10.00 – 12.00 Kontortid Net Café Slægtsforskning Brugerrummet
		Kortspil UNO Hjørnet / EDB	9.00 – 11,30 Syning i salen
			Bob i Salen
	Billard i salen	Billard i salen	Billard 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		14.00-15.00 Motionsgymnastik i Salen.
			14.00 -16.00 Krolf Lysthuset og græsarealerne
	16.00 – 17.00 Kor i Salen.	13.30-16.00 Perlesyning. Brugerrummet	
	Billard i Salen	Billard i Salen	Billard i Salen

Uge:	Torsdag:	Fredag:	Weekend
Formiddag		Mulighed for kortspil i Salen	Lukket
	Billard og bob i Salen	Billard i Salen	
	Styrketræning	Styrketræning	
Eftermiddag	13.30-16.00 Knipling EDB-rummet		
	Billard i Salen	Billard i salen	
	Styrketræning		



Brugerrådet

byder alle pensionister og førtidspensionister

Velkommen



til



AKTIVITETER
på

KÆRMINDEPARKEN

Hvis **IKKE** du finder det, du kunne tænke dig at deltage i, **SÅ** henvend dig til Brugerrådet, der gerne kigger på mulighederne for at finde nogen, der kan hjælpe med ønsket.



MEN

der skal gerne være et lille hold, for at det kan lade sig gøre.

Men sig frem, hvad du ønsker og vi forsøger at etablere et hold.



Det er jo meget sandsynligt, at der er flere, der går med samme tanker som dig.

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



Forbeholder os ret til ændringer i programmet.