

Et aktivt liv

Aktiviteter på Holmsland



Vær aktiv, nysgerrig og få oplevelser

Spis sundt, udskift sofaen med sjov motion og kom ud til samvær med andre mennesker.

Råd, som Ældresagen prøver at give videre til deres medlemmer.

Nogen har let ved at følge disse råd. Andre har brug for et ekstra puf for at udnytte de mange forskelligartede tilbud, som tilbydes af klubber og foreninger.

Kortlægning af aktiviteter i Holmslandområdet

Denne folder for at skubbe lidt på og for at gøre bekendt med hvilke muligheder og tilbud, som tilbydes i Holmslandområdet.

Forskellige dårligdomme og uønskede stopklodser kan ramme os alle i alle aldre. Derfor tages der på alle de nævnte aktivitetshold individuelle hensyn, og alle holdene vil byde nye medlemmer velkommen uanset alder og formåen.



Aktiviteter på og omkring Holmbohjemmet

Beboere ude fra området er meget velkomne til alle Holmbohjemmets aktiviteter.

Nørkleklubben

Nørkleklubben mødes hver tirsdag kl. 13.30 til hygge med håndarbejde og kaffe i kælderen på Holmbohjemmet.



Skubbeholdet

Onsdag formiddag kl. 10 er "skubbeholdet" klar til en fælles tur med rollator, stok og kørestol. I tilfælde af dårligt vejr nøjes med en kop kaffe og hyggeligt samvær.

Sangeftermiddage

Sangen bringer glæde, og alle kan være med til sangeftermiddagene, som ledes af sognepræst Ole Lange. Dato og tidspunkt oplyses på Holmbohjemmets opslagstavle.

Bob- og skakspil

På Holmbohjemmet er der desuden mulighed for at spille skak og bob. Kig indenfor og hør nærmere eller ring 99 74 23 50, hvis det har interesse.

Bankospil

Er du til bankospil, så inviterer Holmbohjemmet en gang hver måned. Dato og tidspunkt oplyses på Holmbohjemmets opslagstavle.

Billard

Billard er mere end et værtshusspil.

Hver torsdag kl. 9.30 – 12 spilles billard i kælderen på Holmbohjemmet.

Har det interesse, så mød op og lær spillets regler og nyd et hyggeligt samvær.

Aktiviteten er gratis.



Vennelaugets aktiviteter på Holmbohjemmet

Sang, musik, fortælling og festlighed

Vennelaugets står bag onsdagsunderholdning og en munter fest i ny og næ. Hjemmets beboere kan deltage, men alle andre er meget velkommen til at være med.

Pris for kaffen 20 kr.

Programmet for arrangementerne kan ses i Sognebladet eller på aktivitetskalenderen på holmsland.dk



Aktiviteter ude i sognet

Holmslandkoret

Glæden ved at synge sammen.



Holmslandkoret bliver ledet af Erla Thorolfsdottir og har i øjeblikket 30-35 medlemmer i alderen fra 50 til 80 år. Koret synger i 4 stemmer og øver hver torsdag kl. 19.30 til 21.30 på Holmsland skole.

Alle sangglade kan være med i koret, og prisen for at deltage er 600 kr. om året

Tilmelding til Mogens Tarp tlf. 97 33 72 42 eller på mogens.tarp@gmail.com

Tirsdagstræf

En vitaminindsprøjtning til kroppen sammen med socialt samvær.



10 tirsdage før jul og 10 tirsdage efter jul mødes alle interesserede til TirsdagsTræf i Holmsland Idræts- og Kulturcenter. Træffet starter kl. 9 med en kop kaffe og fællessang. Derefter er der en ½ times fælles gymnastik i hallen. Efter gymnastikken veksles der mellem sang, gulvøvelser og forskellige spil. Prisen for at deltage er 35 kr. pr. gang incl.kaffe
Tirsdagstræf er en aktivitet under HGU.



Tilmeldingen kan ske til Birthe Eskildsen
tlf.97 33 72 93 eller på m.eskildsen@mail.dk

Spinning

En cykeltur uden modvind på en cykel, som ikke vælter.



Der spindes/cykles i Holmsland Idræts- og Kulturcenter hver onsdag fra oktober til påske kl. 8.30.

Cyklerne snurrer i 35 minutter, og prisen for deltagelse er 30 kr. pr.

gang. Heri er også leje af sko.

Spinning er en aktivitet under HGU.

Kontaktperson: Dorthe Krogsgaard tlf. 23 29 97 91
eller asgerkrogsgaard@mail.dk

Skydning

Sprællebasser og pensionister finder ro ved skydning!



Holmsland Skytteforening har til huse i kælderen i Holmsland Idræts- og Kulturcenter.

I øjeblikket er der skydning for børn hver tirsdag kl. 18.30, men det er foreningens store håb at kunne starte skydning for voksne i dagtimerne.

Der kan skydes med gevær og pistol på 15 meter bane. 5 prøveskud og 20 gældende skud og en serie inkl. skiver vil koste 30 kr.

Det er muligt at komme i skydekælderen med rollator og kørestol.

Henvendelse til Karsten Krægpøth tlf. 40 44 73 97

eller kraegpoeth@mail.tele.dk

Gangmotion

Frisk luft, motion og hyggeligt samvær.



Har du lyst til en rask travetur, så mød op ved Holmsland Idræts- og Kulturcenter tirsdag d. 5.april kl. 19.00.

Hver tirsdag herefter er der lejlighed til at deltage i ture på veje og stier rundt på Holmsland og nogle gange også "udenbys".

Der er 2 ruter at vælge imellem – en på 1,5 – 2 km og en på 6 – 8 km.

Det koster 100 kr. at være med hele sæsonen eller 10 kr. pr. aften.

Henvendelse til Nanna Nygaard tlf. 97 33 94 38/25 17 05 99

eller nnygaard@post.tele.dk

Krocket

Spil krocket i Kloster.



Krocketklubben hører under HGU og har hjemme sydøst for boldbanerne. Der spilles krocket hver tirsdag og torsdag fra kl. 13.30. Der spilles et par timer med ½ times kaffepause.

Krocketklubben hører under HGU. Prisen for at deltage er 300 kr., og klubben udlåner det nødvendige udstyr.

Henvendelse til Viggo Kofod tlf. 30 97 00 80

eller viggo.kofod@privat.dk



Holmsland Friluftslaug

Naturen byder på motion og fællesskab



Holmsland Friluftslaug tilbyder kajakroning og ved bestemte lejligheder andre friluftaktiviteter som traveture, cykelture m.m.

Der er klubaften hver onsdag i Røjklit Havn kl. 18-21 i perioden maj til oktober.

Vi starter med en rotur for dem, som ønsker det. Dernæst samles man i klubhuset, hvor der serveres en lille forfriskning. Alle uanset alder er meget velkomne – også "bare" til kaffe

Friluftslauget hører under HGU, og et medlemskab koster 400 kr. om året.

Yderligere oplysninger hos Esther Larsen på mobil 29 29 97 61



Fællesspisning

Lækker mad og hyggesnak i centeret.

Vinteren igennem tilbyder køkkenet i Holmsland Idræts og Kulturcenter varm mad til en pris af 65 kr. Børn under 12 år halv pris.

Kom selv eller inviter dine venner eller familie til en god oplevelse i centerets kantine.

Se menuen på aktivitetskalenderen på holmsland.dk

Der skal tilmeldes senest dagen forinden til Charlotte på 40 46 16 80 eller center@holmsland.dk

Højskoledage på Holmsland

Vitaminer til hjernen

Er man til foredrag er der mulighed for at melde sig til 8 højskoleonsdage. Tre seniorer fra Kloster sørger for i samarbejde med LOF at hente spændende mennesker ind til disse eftertragtede formiddage.

Der startes med kaffe og rundstykker kl. 9.30. Man synger sammen, hvorefter de forskellige foredragsholdere tager over.

Man melder sig til alle 8 foredrag og prisen er 550 kr. for hele sæsonen. Desuden betales 35 kr. pr gang for kaffe og rundstykker.

Tilmelding gennem LOF på hjemmesiden rksk.lof.dk



Dagli'Brugsen i Kloster

Ikke en aktivitet, men et godt tilbud

Du ringer, og Brugsen bringer.

Dagli'Brugsen er en nyrenoveret butik beliggende midt i Kloster. Vi har udover de gængse dagligvarer frisk ost fra køler, lune leverpostej i weekenden, friskbagt brød, tips- og lottoafdeling, håndkøbsudsalg og postafdeling – alt sammen med fin service.

Og så har vi også vareudbringning – også af lun leverpostej. Alle kan få varer bragt ud.

Ring til butikken tlf. 97 33 70 04 dagen før ønsket levering senest kl. 15.00 eller samme dag senest kl. 9.30. Pris for udbringning: 30 kr. i Kloster; 50 kr. udenfor Kloster. Der kan betales ved levering, eller du kan modtage regning.





Kalenderen på www.holmsland.dk og byens infotavler
bringer oplysninger om arrangementer i området.

