



AKTIVITETSCENTRET I HVIDOVREGADE

- Udfold dig aktivt i Hvidovre Kommune



HVIDOVRE
KOMMUNE

Det aktive seniorliv

Aktivitetsscentret i Hvidovregade 49 er for dig, der ønsker et aktivt seniorliv. Vi er et stort og rummeligt hus, hvor det summer af liv og glade dage. Her kan du møde andre aktive pensionister og efterlønnere, deltage i hverdagshygge og dyrke de interesser som centret giver mulighed for at understøtte.

Sæt kulør på hverdagen

Vi gør meget ud af, at der skal være noget for alle i aktivitetsscentret. Vores aktiviteter er som hovedregel brugerstyrede, og der er nedsat et brugerråd, der udvikler kommende tilbud og arrangementer.

Blandt de mange holdtilbud, vi udbyder, kan du for eksempel deltage i kreative hold inden for keramik og glaskunst, håndarbejde og smykkedesign. Kan du lide at debattere og blive inspireret af andres ord, har vi også debat- og litteraturhold, ligesom du kan styrke dine IT-færdigheder ved at besøge Datastuen.

Fut i fysikken – også udendørs

Vil du gerne bruge kroppen noget mere og i en social sammenhæng, har du mulighed for at deltage i seniordans, gymnastik, linedance og lignende aktiviteter. Du har også mulighed for at udfolde dig i Aktivitetsscentrets have. Her kan du spille petanque eller bruge dine grønne fingre, hvis du savner glæden ved at kræse for en have. Tager tanken om aktiviteterne pusten fra dig, kan du naturligvis også slappe af i havemøblerne. Det er der også plads til.





Find skruetrækkeren frem

En af Aktivitetscentrets skjulte perler er vores kælderværksted. Her kan du finde værktøj og maskiner til at udføre en vigtig reparation eller måske bygge noget nyt, hvis du føler dig inspireret. Og når du er færdig eller har brug for en pause, kan du for eksempel tage et slag billiard, et spil dart eller en bordtennis-kamp mod en af de andre brugere af huset.

Skab rammerne med dine idéer

Vi er brugernes center. Går du rundt med en god ide eller en aktivitet, du gerne vil starte op, er du meget velkommen til at kigge forbi og høre om mulighederne for at gøre din idé til virkelighed. Vores to aktivitets-medarbejdere understøtter forskellige aktiviteter, og de kan også hjælpe dig med at skabe overblik over, hvordan din idé eller aktivitet kan startes op.

Kaffe, kage og god mad

Til Aktivitetscentret hører også en café, hvor du kan nyde noget godt til ganen i godt selskab. Du kan købe både kaffe og kage, varme retter, drikkevarer og klassisk dansk smørrebrød til rimelige priser.

Har du erfaring med at arbejde i et køkken eller en restauration, har du også mulighed for at hjælpe til som frivillig i caféen et par timer om ugen. Du kommer i kontakt med mange seniorer og vil opleve husets gode stemning på en anderledes måde.



Er du interesseret i at være med?

Kig gerne forbi i åbningstiden, for at se hvad du kan deltage i. Du kan også læse mere om vores aktiviteter på vores hjemmeside. Udover de mange tilbud i og omkring centret, arrangerer vi også ture ud af huset. Vil du gerne have en rundvisning for at snuse til atmosfæren, er du velkommen til at ringe til os. Du må selvfølgelig også ringe til os, hvis du har spørgsmål vedrørende Aktivitetscentret.

Hvem kan bruge Aktivitetscentret?

Pensionister og efterlønnere i Hvidovre Kommune.

Hvem kan jeg kontakte, hvis jeg har spørgsmål?

Ved generelle spørgsmål eller bestilling af rundvisning kan du ringe på 41 32 06 12.

Ved spørgsmål om holdaktiviteter eller idéer til nye aktiviteter kan du ringe på 41 32 06 13 eller 41 32 06 14.

Aktivitetscentrets leder kan kontaktes på 41 85 00 66.

Aktivitetcentrets åbningstider:

Mandag - torsdag 8.30 - 16.00

Fredag 8.30 - 15.00

Lån af lokaler til aktiviteter uden for åbningstid kan aftales med Aktivitetscentrets leder.



Find os på www.aktivitetscentret.hvidovre.dk og i Hvidovregade 49.