

Kalender

Et udpluk af aktiviteter og arrangementer:	
Alle dage	Åben café
Alle dage	Petanque og billard. Bestil en tid.
Alle dage	EDB-værksted. Frivillige vejledere. "Elever" får tildelt 1 ½ time/ugen.
Mandag i ulige uger kl. 10.10 – 12	Kend din mobil
Hver mandag kl. 9.30 - 12	Fra vinyl til CD (gamle plader brændes til CD'er)
Hver torsdag kl.9 – 12.30	Porcelænsmalning
Hver onsdag kl. 9 – 15.30	Stenslibning og sølvsmykker
Hver mandag kl. 10-30 -12.30	Mozart –studiekreds m. klassisk musik
Fred. d. 4.dec. kl. 18.30	CD-dans m. Gunnar
Lørd.d. 5.dec. kl. 13	Banko
Fred. 11.dec. kl. 18.30	Dans m. Duerne
Sønd. d.13.dec. kl. 13.30	Muskikcafé m. De Glade Musikanter
Tirsd. d.15. dec. kl 10	Luciasang m. børn fra Søbjerggård børnehave
Fred. d.18. dec. kl. 18.30	CD-dans m. Gunnar
Lørd. d.19. dec kl. 13	Banko
Obs. Centret er lukket fra d. 24. dec til den 2. jan (begge dage incl.)	Obs. Centret er lukket fra d. 24. dec til den 2. jan (begge dage incl.)
Torsd. d.31. dec. Nytårsfest	Max. deltagere. Billetter købes i receptionen iflg. opslag i centret
Mand. kl 13-16	Announce: De frivillig hjælpere i caféen mangler forstærkning til opvasken mandag eftermiddag. Kom og vær med i et hyggeligt arbejdsfællesskab.

AKTIVISTEN

December 2009



Kongehavecentret

Aktivitets - og kulturhus
Svendsgade 102 4200 Slagelse
Tlf.: 58 50 12 20

Kongehavecentret er et tilbud til alle pensionister, førtids-pensionister og efterlønsmodtagere i Slagelse Kommune.

AKTIVISTEN :

Ansvarshavende : Ruth

Næste nummer udkommer:

1. Januar 2010

Deadline 17. December 2009

Hvis det er muligt, vil vi meget gerne modtage indlæg på disketter eller e-mail. Adressen er :

1.kongehavecentret@email.dk

Redaktionen

Læserbreve / indlæg modtages gerne. Redaktionen forbeholder sig ret til at forkorte indlæg/ breve.

Redaktionen fralægger sig ethvert ansvar for stavefejl/ grammatikfejl, og vi ændrer ikke ordlyd på indkomne artikler.

Avisen fås i:
Kongehavecentret og
Borgerservice på Rådhuset,
og kan læses på Biblioteket.

Lucia-stemning i Kongehavecentret

Tirsdag den 15. december har du muligheden for at høre børn fra Søbjerggård børnehave synge.

De ca. 40 børn vil synge Luciasangen, Et barn er født i Betlehem og Dejlig er den himmel blå.

Kom og hør Børnene synge julen ind:

Tirsdag den 15. december kl. 10 – 10.30



..nu, nu, nu, NU er det jul!



Af: Ruth Bek-Pedersen

Julemåneden- den mørke tid i centret er altid krydret med ekstra hyggeligt samvær og dejlige julesmil, -således også i år.

Brugerrådet holder den traditionelle fælles julefrokost fredag d. 4. december, hvor alle sejl bliver sat til med julemad, julesang og julepynt. Samtlige 65 billetter (som er max.) blev solgt inden for den første dag, hvilket vidner om et "tilløbsstykke". Dette glæder naturligvis arrangørerne- og er samtidig rigtig ærgerligt for dem der måttet gå forgæves. Centret har ikke lokalekapacitet til større selskaber- så måske må det overvejes at lave julefrokost over 2 dage næste år.

Tirsdag d. 15. december kl. 10 glæder vi os til at ca. 40 børn fra Søbjerggård børnehave kommer og synger Lucia- og julesange sammen med os. Alle er velkommen.

Lukket i julen

Som noget helt nyt vil centret være lukket mellem Jul og nytår. Erfaringen fra de mange seneste år er at ganske, ganske få benytter sig af centrets tilbud i juledagene og mellem jul og nytår. Vi har derfor besluttet at "spare" på ressourcerne og bruge dem på et andet tidspunkt, hvor behovet er større.

Centret vil være helt lukket fra og med d. 24. dec. frem til og med søndag d. 3. januar.

Fra mandag d. 4. jan. er det hverdag igen, og alle er klar med frisk energi efter en for-tjent juleferie.

Opslagstavlerne

Der er blevet ryddet op på centrets opslagstavler. Nedenfor finder du en beskrivelse af hvordan opslagstav-

lerne bruges, og hvilken slags opslag du kan finde på de forskellige tavler. For at vi ved hvilken opslagstavlerne i garderoben fået hver sin farve.

Den grønne dør (branddøren ud mod bolig-gaden): Kommende arrangementer udefra (skal indeholde dato for et arrangement)

Tavle ved spejlet i garderoben og overfor receptionen (blå): Alt hvad der vedrører Kongehavecentret: arrangementer, nye tiltag, kalender, beskrivelser, "annoncer" m.m.

Stor tavle modsat spejl (hvid): "fra bruger til bruger" og annoncering af produkter (varer, bekendtgørelser, beskrivelser af service og tilbud)

Tavle i "møntbox" (gul): Fælles- og enkeltarrangementer fra de andre aktivitetscentre.

Tavle på "skillevæg" (grå):

Vedr. ældreorganisationer, boligerne, tilbud som er målrettet pensionister.

Alle opslag afleveres til receptionisterne, som derefter skriver dato på og hænger op på den relevante tavle. Opslagene vil jævnligt blive skiftet ud efter en periode.

Rigtig glædelig julemåned til alle Aktivistens læsere.



Træet er væk

Af: Svend Erik Pedersen

Ting ta'r tid må man vel sige for det er da mindst 5 år siden at jeg foreslog at dette dryssende træ i væksthuset blev fældet, også for at give bedre plads til aktiviteter, dans m.m.

Men ledelsen var af den opfattelse at det kunne ikke lade sig gøre og det ville man ikke høre tale om selv om dette træ ofte havde stået i vejen.

Nu vil jeg således tillade mig at rose ledelsen for denne radikale



kovending til gavn for brugerne, nogen har set lyset og det er jo ingen skam, roses dem der roses bør.



Fra Brugerrådet

Af: Anni



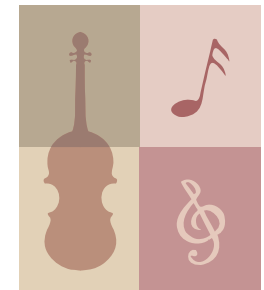
Så står julen igen for døren med dejlig hygge og samvær med familie og venner.

Vi fra brugerrådet glæder os til at hygge om jer til vores julefrokost d. 4. december kl. 12. Der er Luciaoptog, dejlig underholdning og dejlig mad, som personalet står for.

Vores arrangement med Sla-

gelse Kammerorkester blev igen en stor oplevelse med masser af tilhørere. Der blev klappet så meget af den dejlige musik så der også blev givet ekstranummer.

Brugerrådet ønsker jer alle en rigtig glædelig jul og et godt nytår med tak for året som svandt.



Kongehavemusikanterne

Det var så årets sidste musikcafe. Fremmødet har her i efteråret ikke været helt tilfredsstillende. Vi har forsøgt med dans efter kaffepausen, for at trække nye mennesker til, men har så erfaret, at nogle går hjem, fordi man ikke gider sidde og se på, at der er nogen der danser, men musikken er der da, og vi synger også nogle sange, efter sanghæftet, mellem dansene. Hvad gør man så ? Selvfølgelig er der nok for meget musik og sang i Kongehave-

centret og andre steder efterhånden. Vi har derfor droppet den planlagte nytårsfest den 3. januar, og kommer først igen 31. januar. Så håber vi, at publikum møder op igen, og at orkestret har fået ny energi og spilleglæde til at levere en god og fornøjelig indsats.

Ellers vil vi ønske alle en god jul og et godt nytår og tak til alle vore hjælpere for en god og solid indsats gennem hele året

Billeder julemarked 2009



Filosofiske guldkorn fra en fremtidsforsker:

v/Ruth Bek-Pedersen

Personalegruppen fra de 5 aktivitetscentre har været samlet til et foredrag af en samfundsforsker, som havde fået stillet opgaven at komme med et bud på "hvordan kan fremtiden komme til at forme sig for vores aktivitetscentre". Som ledelse og personale er det os der bliver spurgt (af direktører og politikere) om hvilke visioner vi har for vores centre og hvordan vi tænker at vi kan være med til at udvikle. Fremtidsforskeren kan naturligvis ikke, som heller ingen andre kan, spå om fremtiden og kom af samme grund ikke med færdige "løsninger". Han kunne give nogle luftige anvisninger og påpege nogle tendenser ud fra forskellige statistikker og spørgeundersøgelser foretaget over tid, over målgruppen pensionister.

Jeg bringer her nogle af de vise ord:

- Fremtiden er noget vi laver selv. Handlinger og beslutninger træffes i nuet. Vi kender ikke resultatet- heldigvis. Hvis alt var forudbestemt ville vi blive handlingslammede. Vi er henvist til at træffe beslutninger i nuet som har udgangspunkt i forventninger til fremtiden- bevidste eller ubevidste forventninger. Men det er således godt at gætte frem for slet ikke at turde gætte, for således kan man konstatere hvornår man har gættet rigtig eller taget fejl.
- Det er nutiden, som stiller spørgsmål ved både fortiden og fremtiden. Og heldigvis er der intet at frygte for den truende fremtid, idet den hurtigt bliver til nutid og derefter "de gode gamle dage".
- Alle skal behandles forskelligt, hvis de skal behandles ens.

Følgende opstilling er udsagn, som i 5 kategorier forholder sig til hvordan det opleves at være gammel/ældre før og nu

Før	Siden (nutidens pensionist og forventet fremtid)
Familie/venner: -bredt netværk -forankret i lokalsamfundet -i familiens skød -gift/enke -kønsrollefordelt	Familie/venner: -ensom -bor i bysamfund/er rodløs -for sig selv/ollekolle -skilt/gendannet nyt forhold -fælles roller
Helbred: -skrantende	Helbred: -sund eller sygere
Økonomi: -folkepension -én eller ingen pension -lavt forbrug -sparer op til arvinger -pensionist på fuldtid	Økonomi: -folkepension + + + -to pensioner -øget forbrug -tænker på sig selv -vil gerne bevare (noget) beskæftigelse
Holdninger: -ydmyg -afventende -passiv -autoritær -alderssvarende -holdning til andre: respekt for erfaring -tror på en skæbne	Holdninger: -krævende -"det er aldrig for sent" -aktiv -anti-autoritær -alder er en definitionssag -holdning til andre: "Nå"/anekdoter -"hvorfor lige mig" (individualisme)

Hvordan vil fremtidens pensionister leve: bedre måske godt, længere - men næppe evigt
 Vi skal især have blikket vendt imod kolonnen til højre "Siden", og derfra tage bestik af hvordan vi mener tilbuddene i fremtidens aktivitetscentre skal se.

Og sidst men ikke mindst: Vi vil også gerne høre DIN mening. Det er jo dig der "har skoen på".

Decoupage

v/ Birte

Stadig flere griber til saks og papir for at lave decoupage – selv dronning Margrethe er blevet bidt af det. Allerede i 1700-tallet blev både møbler og mindre genstande dekoreret med den særlige teknik. Ordet kommer af det franske decouper, der betyder at klippe, og teknikken går simpelt hen ud på at give en overflade et helt nyt look ved at dekorere den med udklippede papirmotiver.

Begynd med en lille ting

Der er ikke grænser for, hvilke genstande du kan dekorere med decoupage – faktisk alt lige fra æsker, rammer og bakker til kommoder og hele vægge. Men begynd med en lille, overskuelig ting – fx en æske eller en bakke – så du ikke taber modet undervejs. Hvis du er utilfreds med genstandens originale bundfarve, kan du eventuelt male den først. Du kan vælge at lade billederne dække hele overfladen, lade dem lappe over

hinanden og skabe perspektiv eller bare lade decorationen være et enkelt motiv på midten af fx en bakke.

Vi er en lille gruppe på 5, som mødes hver onsdag fra kl. 13 – 14.30 og laver 3D-kor (3-dimensionelt), decoupage, samt lys med dekorationer af servietter. Vi mødes mest for



den sociale kontakt og for at inspirere hinanden.

Har man en dag ikke lyst til at lave noget – eller er i gang med noget andet er det også helt OK. Vi snakker om stort og småt og her er

et godt humør, så det er hyggeligt samvær for alle. Du er velkommen til at komme og se os an og evt. få vejledning om hvordan du kommer i gang med denne spændende hobby.

De glade musikanter

Vi siger tak for en fin søndag d. 8. nov. 09. Tak til alle jer der sang, dansede, dommerne og ikke mindst alle jer hjælpere.

Vi glæder os til at se jer sidste gang i år søndag d. 13. dec. kl. 11.45 til en let julefrokost (efter gæsternes egne ønsker) pris 65 kr. Vand, øl, vin kan købes. Musik under frokosten leveres af ??? (besked følger). Kom i juleudklædning.

13.30 vil De Glade musikanter spille op med glade julemelodier.

14.15 kaffe og æbleskiver

15. ca. juledans.

Slut kl. 16.00

De Glade Musikanter ønsker alle en god jul samt et godt nyt-

Venlig hilsen og forhåbentlig velkommen til flere som har lyst til et par hyggelige timer i godt selskab.

år.

Håber vi ses igen søndag d. 17. januar 2010.



På gensyn
Anna

Besøg på Julemærkehjemmet

Af: Hanne

"Krop & Sjæl" tog fredag den 6. november til julemærkehjemmet i Skælskør.

Vi blev modtaget af Forstander Karl Arvidson og to af børnene Simone og Salam, der skulle vise os rundt.

Julemærkehjemmet i Skælskør er fra 1962 og selve bygningerne falder ind i det skrånede terræn ned mod vandet. Flotte omgivelser til det 10 uger lange ophold de 48 børn, der i gennemsnit er på Julemærkehjemmet. I Skælskør er der 230 børn i løbet af et år.

De børn, der kommer på Julemærkehjemmet kommer der fordi de ikke trivedes i deres tilværelse.

Problemer i hjemmet og skolen præger mange børns helbred, både psykisk og fysisk.

Julemærkehjemmene, i alt 4 i Danmark tilbyder et pusterum til dem der er kørt godt og grundigt fast i dagligdagen.

På Julemærke hjemmet i Skælskør møder børnene et kvalificeret modspil fra de voksne, der blandt meget andet videregiver normer for, hvordan man

omgås hinanden osv.

Tilbage til Simone og Salam, der står og tripper for at vise os rundt. De er lige kommet tilbage fra deres morgenløbetur og er stadig røde i kinderne. De skal begge hjem til deres familier om en uges tid og de glæder sig. Salam fortæller om et pointsystem, der gives for ekstra motion og siger, at han går efter at slå rekorden på over 1000 point.

Vi ser de forskellige afdelinger i alt tre, værelses gang, spisesal, motionsrum, sal, og boafdelingerne. Børnene der i Skælskør er fra 10 - 14 år (andre julemærkehjem fra 6 år) bor på tomandsværelser piger sammen og drenge sammen fortæller Simone.

Salam fortæller også, mens vi kigger ud af vinduet på feltbane og en bane, hvor man måler kondital. Han har styr på det hele og fortæller entusiastisk om tilværelsen i Skælskør.

Efter vores fine rundvisning slutter vi af hos forstander Karl Arvidson, der byder på kaffe og en snak om Julemærkehjemmet og de børn de modtager. Karl svarer på spørgsmål og fortæller, om

arbejdet i huset. Vi får mulighed for at købe nogle julemærker og så vender vi næsen mod Kongehavecentret fyldt med en god oplevelse og lidt klogere på tilværelsen på Julemærkehjemmet i Skælskør.



Simone og Salam



Forstander Karl Arvidsen i samtale med Laila

Kend dit land & rejsegruppen

v/Hanne

Kend dit land

Tirsdag den 10 oktober tog "Kend dit Land" på en lille museums-tur. Vi kørte først til skolemuseet i Flakkebjerg hvor Christen Nicolaisen, der er initiativtager til og leder af museet tog imod os.

Vi blev bænket ved skolepultene i den gamle skolestue, der fremstår som da den blev bygget i 1904.

Vi hørte om skolens historie og om fru Nielsen, der var lærerinde på skolen frem til den lukkede i 1962. Hun havde bolig i skolebygningen og hendes hjem står næsten intakt og det er som at rejse tilbage i tiden at besøge hendes stuer.

Mange kunne genkende skolestuens indretning og havde fælles oplevelser fra skolelivet. Vi prøvede bl.a. at skrive med griffler på små tavler.

Vi spiste vores medbragte sandwich i skolestuen før vi sagde farvel og begav os til Bagerimuseet i Fladsholte.

Her blev vi mødt af Hermannsen, der fortalte om bageriets historie og de mange effekter, som de havde hentet over det meste af Danmark.

Vi så udstillingen på første-salen over bageriet og sluttede af med kaffe og kanel-snegle i den lille café.

"Gå ud og gå en tur"

Søndag den 6. december går et hold fra Rejsegruppen med på Julemærkemarchen 5 km- rute, der i år går fra Vesthallen i Slagelse. Vi håber på medvind og godt vejr.

Nytårsaften i Kongehavecentret

Program:

Åbent fra kl. 17.00 - 01.00

Kl. 18.00 Dronningens nytårstale & velkomstdrink.

Spisning af medbragt mad - medbring også drikkevarer.

Kl. 24.00 Champagne & kransekage.

Pris: kr. 100,00 pr. person

Der dækker - velkomstdrink - kaffe - kransekage - chokolade & slik.

Tilmelding og betaling i receptionen senest fredag d. 11. december.

Max. 60 billetter - først til mølle.

Varm Ret December.
Serveres 11,30 - 12,30. Pris 35,00 kr.
Med forbehold for ændringer.

Tirs	1	Skinkegryde m. kartoffelmos
Ons	2	Stegeben m. kart. sovs & surt
Tors	3	Forloren and m. hvide & brune kart.
Fre	4	Brugerrådets julefrokost
Man	7	Stegte sild m. kart. smørsovs & solbærsyltetøj
Tirs	8	Grønlangkål m. medister & brune kart.
Ons	9	Krebinetter m. kart. sovs & grøntsager
Tors	10	Kalvefrikassé m. kartoffelmos
Fre	11	Medister m. kart. & sovs
Man	14	Ribbenssteg m. kart. sovs & rødkål
Tirs	15	Stegt flæsk m. kart. & persillesovs
Ons	16	Kalvelever m. kart. sovs & grøntsager
Tors	17	Finker m. brune kart.
Fre	18	Røde sild i tomatsovs m. kartoffelmos
Man	21	Sylte m. stuede kart.
Tirs	22	Hjemmelavet biksemad
Ons	23	Andebryst m. hvide & brune kart.
Tors	24	Huset er lukket
Fre	25	Huset er lukket
Man	28	Huset er lukket
Tirs	29	Huset er lukket
Ons	30	Huset er lukket

Varm Ret samt dessert. December.
Lørdag, søndag, helligdage.
Pris Kr. 45,00

Lør	5	Banko Smørrebrød
Søn	6	Se opslag
Lør	12	Hamburgerryg m. grøntsager Dessert
Søn	13	Julefrokost
Lør	19	Banko Smørrebrød
Søn	20	Oksesteg grøntsager Dessert
Tors	31	Nytårsaften se opslag

Kongehavecentret
 Svendsgade 102
 4200 Slagelse



31-03-2009 20-10-2008 22-04-2008 21-02-2007

Obs!!

Pr. 1. december 2009 reguleres priserne i cafeen.