



# Vellingshøj Aktivitetscenter

Maj 2026

Månedens Aktiviteter.

## BANKO

**Mandag d. 4. Tirsdag d. 12. Onsdag d. 20. Fredag d. 22. Torsdag d. 28.**

**Gudstjeneste :**

**Tirsdag d. 26.**

**Fredag d. 8. er der DEMENS Stafet i Svanelunden. Dem der skal deltage er informeret.**



**Vi holder LUKKET fredag d. 1. maj og torsdag d. 14. maj og mandag d. 25.maj. Helligdage ☺**



Vellingshøjvej 359  
9800 Hjørring



Mandag - fredag kl. 9.30 - 14.30



72 33 51 73

**SE UGEPROGRAM PÅ BAGSIDEN**



Hjørring Kommune

**Afbestilling af mad:** Ved fravær i aktivitetscenteret er du selv ansvarlig for at afbestille eller få maden omdirigeret hjem. Der skal ringes til Køkkenområdet inden kl. 09.00 på tlf. 72 33 58 00.

**Afbestilling af kørsel:** kontakt aktivitetscenteret mellem kl. 08.30 - 08.45.

<b>Mandag</b>
<b>Formiddag:</b> Mandegruppe + Bevægelse. <b>Eftermiddag:</b> Spil/Hygge/snak
<b>Tirsdag</b>
<b>Formiddag:</b> Bevægelse + Livshistorie. + Kreative aktiviteter/vævning <b>Eftermiddag:</b> Mindfulness. + Spil/hygge/snak + Genbrug
<b>Onsdag</b>
<b>Formiddag:</b> Kreative aktiviteter. + Kor. + Spil/Quiz <b>Eftermiddag:</b> Kreative aktiviteter. + Hjernesvind og CST.
<b>Torsdag</b>
<b>Formiddag:</b> Oplæsning. + Bevægelse. + Krea/Genbrug <b>Eftermiddag:</b> Mindfulness. + Dans/musik (1. torsdag i måneden om formiddagen)
<b>Fredag</b>
<b>Formiddag:</b> Oplæsning. + Vævning. + Køretur. (hvis vejret tillader det ) <b>Eftermiddag:</b> Spil/quiz/snak



Vi spiser middagsmad ca. kl. 11:45-12:30



Middagshvil kl. 12.30

*Ret til ændringer forbeholdes.*