



SANDEFJORD
KOMMUNE

Velkommen til **Seniorsentrene**

Kulturprogram høsten 2025

Aagaardstunet - Bugården - Engveien - Forsmann - Framnes
Møyland - Parken - Ranvik - Solvang seniorsenter



Seniorsentrene i Sandefjord

PROGRAM HØST 2025	Side
Innholdsfortegnelse	2
Fellesside om seniorsentrene	3
Fellessider åpningstider, aktivitetstilbud i seniorsentrene	4
Fellesside Frivillig i seniorsentrene	7
Fellesside Informasjon om kafedriften	8
Fellesside Samarbeid med Den Kulturelle Vandringsstaven	9
Aagaardstunet	10
Bugårdsenteret	11, 12, 13
Engveiensenteret	14, 15, 16
Forsmannsenteret	17, 18, 19
Framnessenteret	20, 21
Møylandsenteret	22, 23
Parkensenteret	24, 25
Samarbeid med frivilligsentralene	25
Ranviksenteret	26, 27, 28
Solvangsentret	29, 30
Oversikt over sentrenes frisører og fotterapeuter	31

Seniorsenter

Sandefjord kommune har ni seniorsenter lokalisert i ulike deler av kommunen.

Senterdriftens fokusområder er aktiviteter, arrangementer, ernæring, frivillig arbeid og sosialt samvær.

Seniorsentrene er en sentral del av kommunens forebyggende og helsefremmende arbeid. Sentrenes mål er at vi sammen med deg skal bidra til at du skal kunne bo, og leve godt, i eget hjem, så lenge som mulig. Dette er i tråd med reformen "Leve hele livet" og stortingsmelding 24 "Felleskap og mestring – Bo trygt hjemme".

Ta ansvar for egen hverdag

Vi lever lengre enn tidligere, og flere lever da også lengre med ulike plager og sykdomstilstander. Din egen innsats og bruk av forebyggende tilbud kan bidra til at du lever et godt liv i eget hjem så lenge som mulig. Seniorsentrene gir informasjon, inspirasjon og peker på muligheter for et godt seniorliv med fellesskap og aktiviteter.

Hva kan du selv gjøre?

Det er viktig å vurdere om boligen din er egnet for alderdommen. En tilpasset bolig fremmer egenmestring og livskvalitet, slik at du kan leve så uavhengig som mulig. Å være aktiv, spise riktig, være sosial og ha gode relasjoner er avgjørende for både psykisk og fysisk helse. Du kan benytte seniorsentrenes tilbud som gir mulighet for aktivitet og sosial kontakt, trening, kulturelle arrangementer, datagrupper eller frivillig arbeid. Mulighetene er mange, og du finner de i dette programmet.

Framover vil ikke kommunen ha ressurser til å tilby helsetjenester på samme måte som i dag. Seniorsentrenes tilbud gir deg valg som kan være med på å forebygge og fremme egen helse slik at du kan klare deg selv lengst mulig, og på den måten bidra til at de som trenger det sikres nødvendige helsetjenester.

Sentrene er for deg som

- * ønsker å bruke tilbudene
- * ønsker å være med på å påvirke og utvikle tilbudet
- * ønsker å bidra som frivillig

Seniorsentrenes tilbud er for deg som bor i bolig utenfor sentrene, og for deg som bor i en av de nærmere 500 leilighetene på sentrene.

På seniorsentrene kan du blant annet

- * benytte deg av mange titalls ulike aktiviteter og arrangementer hver uke.
- * nyte hjemmelaget middag og andre fristende smaker i sentrenes kafeer.
- * få pleie av hår og føtter hos fotterapeut og frisør.
- * bidra som frivillig, ved å hjelpe til med meningsfulle oppgaver.

Åpningstider

Seniorsentrene er åpne på dagtid alle hverdager. Åpningstiden varierer noe fra senter til senter. Flere av seniorsentrenes kafeer er også åpne i helgene og på helligdager. Sentrene har også kveldsarrangementer.

Det er ikke miljøarbeider til stede på sentrene på helg og helligdager.

Åpningstider miljø og aktivitet

Senter	Åpningstid hverdager	Åpningstid helg og helligdager	Telefon
Aagaardstunet Kongens gate 26, Sandefjord	Kl.10.00 - 15.00	Stengt	477 57 138
Bugården Sportsveien 33, Sandefjord	Kl.08.00 - 16.00	Kl. 08.00 - 15.30	334 15 800
Engveien Engveien 4a, Stokke	Kl.08.00 - 16.00	Kl. 08.00 - 15.30	480 05 216
Forsmann Dronningens gt 24, Sandefjord	Kl.08.00 - 19.00	Kl. 08.00 - 15.00	917 15 471
Framnes Lyhmanns vei 2, Sandefjord	Kl.08.00 - 16.00	Kl. 08.00 - 15.30	334 15 900
Møyland Andebu Sentrum 10, Andebu	Kl.08.00 - 15.30	Stengt	915 97 545
Parken Krokemoveien 41, Sandefjord	Kl.08.00 - 15.30	Stengt	334 18 414
Ranvik Ranvikskogen 3, Sandefjord	Kl.08.00 - 15.30	Stengt	953 60 464
Solvang Rosenvolds gt 30A, Sandefjord	Kl.08.00 - 15.00	Kl. 08.00 - 15.00	908 53 425

Aktivitetstilbud i seniorsenter

På seniorsentrene er det aktiviteter både for deg som liker dans og sang, for deg som ønsker å trimme kropp eller hjerne og for deg som foretrekker kulturelle innslag.

Senterne inviterer til generasjonsmøter, ber inn til fest, gir dataopplæring og mye mer. Alle seniorer er velkomne og her er det tilbud for seniorer i alle aldre. Noen av aktivitetene krever påmelding, andre kan du bare møte opp på.

Akrylmaling

Ivrige malere møtes på Forsmann to ganger i uken. Ta med deg eget malerutstyr og mal sammen med andre.

Bingo

Det spilles bingo på alle sentrene.

Boktime

På Bugården er det høytlesning hver uke.

Bowling

På flere av sentrene spilles en forenklet versjon av bowling inne og ute.

Dataklubb, opplæring nettbrett og mobil

Seniornett har opplæring på Bugården og Forsmann.

Dans og dansegleder

Hvis det rykker i dansefoten er seniorsentrene noe for deg. På Engveien og Forsmann er det seniordans hver uke. I tillegg kan du delta på danseaften på Forsmann annenhver fredag og på Bugården to ganger i høst.

Gruppen Danseglede er for spreke seniorer. Her er det påmelding. Ta kontakt med Forsmann for mer informasjon.

Glassfusing

På Forsmann har du mulighet til å prøve deg på Glassfusing. Dette er skjæring og sammensmelting av kunstglass. Glasset kan formes til flotte gjenstander, som feks. fat, smykker eller pynt.

Herregrupper

På Bugårdsenteret er det Guttas kveld en gang i måneden. Underholdning, humor, prat og middag står på menyen.

Håndarbeid og matlaging

På de fleste sentrene er det flere ulike håndarbeidsaktiviteter. Du kan blant annet delta i aktivitetsgrupper som vever, strikker, syr, broderer og lager pynt til høytider. Mye av det som lages selges på senteret. Inntekten brukes til det beste for øvrige brukere av senteret. Noen driver også med baking og sylting; ikke minst i forbindelse med høytider.

Flere av sentrene har strikkekafeer og håndarbeidsgrupper som driftes av frivillige. Noen steder er dette på formiddagen, andre steder på ettermiddagen.

Kortspill

På Forsmann, Framnes og Ranvik er det aktive bridgegrupper. På Forsmann er en gruppe for deg som liker å spille amerikaner. Du må kunne spillet for å delta.

Lage kort

På Forsmann og Solvang kan du lage dine egne kort og ha sosialt samvær med andre kort skapere. Du må selv ha med det du trenger for å lage kort.

Livsgledebarnehage

Bugården er med i prosjektet Livsgledebarnehage. Fokuset er generasjonsmøter gjennom aktiviteter som sang, musikk, form og farge og mat. Øvrige sentre gjennomfører også generasjonsmøter og får jevnlig besøk av barn fra nærmiljøet.

Luftgeværskyting

På Møylandsenteret startes det opp en gruppe for menn som ønsker å drive med luftgeværskyting på blink inne. Det er Andebu jeger og fiskeforening som har tilbudet. Ta kontakt på senteret om du ønsker å være med.

Meditasjon

Dette er en gruppe for deg som vil styrke din indre balanse og ro, på Forsmann.

Morgenyoga

Trening av kropp og sinn gjennom ulike teknikker og øvelser sittende på stol på Forsmann. Mye bruk av pusten som hjelpemiddel.

Petanque

Utenfor Møyland er det en Petanque-bane som kan brukes av alle. Opplæring kan gis ved behov. På Ranvik spilles det også petanque.

Quiz, gruble og kryssord

Liker du å trimme hjernen? Da kan du delta på en av de populære quiz, kryssord eller grubleaktivitetene på sentrene. På noen av sentrene deles man inn i grupper for å sammen prøve og finne svar på nye ukentlige spørsmål. På andre sentra svarer man individuelt.

Qigong

På Forsmann kan du delta på Qigong, rolige, energigivende bevegelser som styrker din indre muskulatur og balanse – meditasjon i bevegelse.

Sang og musikk

På flere av sentrene er det allsang en gang i uken eller en gang i måneden; akkompagnert av gitar, piano eller trekkspill. Her synges kjente, gode slagere som de aller fleste kan. Alle deltagere får utlevert teksthefte. På Engveien er det Sangkafe med bevertning hver andre uke. I tillegg arrangeres konserter på alle sentrene.

Shuffleboard

Engveien har en shuffleboardgruppe som møtes ukentlig. Dette er et spennende og populært bordspill med pucker.

Sittedans

Enkle danseøvelser til musikk, utføres på sittende på de fleste sentra. Alle kan delta.

Snekkerverksted og treskjæring

På flere av sentrene er det velutstyrte snekkerverksteder. Her møtes snekkergrupper for sosialt samvær og aktivitet. Snekkergruppene lager blant annet produkter på bestilling, produkter som selges på senteret, gevinster til utlodning mm. På Ranvik er det også en treskjæringsgruppe.

Trening

Fysisk aktivitet er viktig for både psykisk og fysisk helse og funksjonsnivå. På seniorsentrene tilbys derfor et bredt spekter av ulike trening hver uke.

Balansegrupper, sterk og stødig, stoltrim, vedlikeholdstrening, trim i regi av Landsforeningen for hjerte/lunge (LHL), morosjon og Framnestrimmen. I tillegg til treningsgrupper til faste tider kan du benytte sentrenes treningsfasiliteter kostnadsfritt etter avtale.

Tro og livssyn

På de fleste sentrene er det faste ukentlige eller månedlige andakter og møter om tro og livssyn. Dette arrangeres som regel i regi av nærmiljøets kirkesamfunn.

Turgrupper

Organiserte rusleturer er en fast ukentlig aktivitet både på Bugården, Forsmann, Parken og Møyland. Turene går til områder i nærområdet; til fots og/eller med ulike hjelpemidler. Disse ledes ofte av frivillige.

Frivillig i seniorsenter

Flere av senterdriftens mange og varierte tilbud avhenger av bistand fra engasjerte frivillige. Du kan være med å opprettholde og utvikle tilbudet i senterdriften og gi et godt tilbud til et økende antall eldre.

Vi ønsker å komme i kontakt med deg som har lyst til å gi litt av din tid og utføre meningsfulle oppgaver i et godt miljø. Ta kontakt med det senteret du føler tilknytning til.

Hva kan du bistå med

Senterdriften har behov for frivillig bistand til det meste:

- gjennomføring av aktiviteter og arrangementer, i kafeteriaen og i miljøet på senteret
- frivillig på faste aktiviteter, eller sporadisk noen få ganger i året.

Akkurat nå har vi behov for:

- Servere/være vertskap for frokostgruppe, middag eller kveldsmatgruppe, hverdager eller helger
- Følge beboere til ulike aktiviteter og avtaler
- Lage produkter for salg, på snekkeravdeling, hobbyavdeling eller fra eget hjem; til inntekt for aktivitetsavdelingen.
- Bistå i ulike aktiviteter/aktivitetsgrupper; eksempelvis bingo, quiz, ballspill, treningsgruppe, tur i nærområdet, generasjonsmøter mm.

Frivillig innsats skal være lystbetont.

- Det er viktig at oppgavene passer med dine interesser og ønsker.
- Kanskje akkurat du kan være med å utvikle noe nytt på bakgrunn av din erfaring og kompetanse.

Som takk for innsatsen belønnes du etter dugnadsprinsippet og får:

«Gavekort» på måltider fra kafeteriaen og en gang i året blir du invitert til fest med andre frivillige, med trerettens middag og underholdning.

Aktivitetsvenn – også en frivillig oppgave.

Å være aktivitetsvenn betyr at du er sammen med en person som har en demensdiagnose og at dere gjør noe sammen som begge liker, vanligvis en gang i uken. Det kan være å gå tur, synge i kor, gå på kafe, sitte å prat eller alt annet som kan gjøres sammen. For å være aktivitetsvenn må du ha et kurs på tre timer hvor du lærer en del om det å være sammen med personer som har en demenssykdom. Du har en kontaktperson og du får oppfølging underveis. Ønsker du å undersøke mer om aktivitetsvenn, kan du ringe 990 22 349.

Seniorsentrenes kafeer

I senterdriftens hyggelige kafeteriaer kan du nyte hjemmelaget middag, dessert, kaker, hjembakst, en god kopp kaffe, eller påsmurte fristelser fra disken. Målgruppen er seniorer, men du kan gjerne ta med yngre familiemedlemmer eller venner.

Frokost

Flere av sentrene inviterer til felles frokost. Det serveres et rikt utvalg; her er det noe som frister enhver smak. Frivillige eller ansatte hjelper deg med å smøre dersom du trenger det. Felles frokost er sosialt og smakfullt.

Per dags dato er det tilbud om felles frokost på Bugården, Forsmann, Framnes, Engveien og Solvang.

Kveldsmat

På flere av sentrene er det kveldsmatgrupper. Å spise kveldsmat sammen øker appetitten, er hyggelig og sosialt. Foreløpig er det kveldsmatgrupper mellom 1-3 kvelder i uken på Bugården, Parken, Framnes, Engveien og Solvang. På Forsmann er det kveldsmatgrupper alle hverdager.

Ta kontakt med senteret dersom du ønsker å benytte deg av dette tilbudet.

Middag levert hjem

Levering av middag er definert som nødvendig helsehjelp. Dersom du ikke lenger greier å lage middag eller varme opp ferdigkjøpt middag, kan du søke kommunen om å få varm middag levert hjem. Maten leveres av hjemmesykepleien og blir laget på kjøkkenene til seniorsentrene. Tjenesten er behovsprøvd og du betaler for middagen. Søknadskjema finner du på kommunens nettsider, og du kan også få det på papir. Dersom du får avslag på din søknad, kan du ta kontakt med ditt nærmeste senter og høre om det er mulig å få levert middag hjem via frivillige. Middag levert av frivillige er kun et tilbud på hverdagene, og det avhenger av kapasitet.

Åpningstider i våre kafeer

Senter	Åpningstid	Dager	Middagsservering	Tlf
Bugården	Kl.08.30 - 15.30	Alle dager	Kl.13.15 - 14.30	334 15 804
Engveien	Kl.09.00 - 15.00	Alle dager	Kl.13.00 - 14.30	332 95 595
Forsmann	Kl.08.30 - 17.30 Kl.08.30 - 15.00	Hverdager Helg	Kl.13.15 - 15.00 Kl.13.15 - 14.30	916 34 456
Framnes	Kl.09.00 - 15.30	Alle dager	Kl.13.00 - 14.30	916 98 639
Møyland	Kl.10.00 - 14.30	Hverdager	Kl.13.30 - 14.30	915 97 847
Parken	Kun for beboere			334 18 414
Ranvik	Kl.10.00 - 14.00	Hverdager	Kl.13.00 - 14.00	954 31 130
Solvang	Kl.09.00 - 15.00	Alle dager	Kl.13.15 - 14.30	903 65 716
Aagaard	Kun for beboere			477 55 750

Samarbeid med Den kulturelle Vandringsstaven (DKV)

Seniorsentrene er så heldige å få bistand av Den kulturelle vandringsstaven med konserter på alle sentra. Konsertene koster kr. 100,- og billett kjøpes i døra, enten kontant eller med Vipps. I høst er det disse konsertene som tilbys;

Lillebjørns viser

Visesanger Rolf Dolven presenterer et utvalg av kjente og ukjente viser fra den folkekjære artisten Lillebjørn Nilsen. Sangene som har fulgt oss siden slutten av 1960-tallet og helt frem til i dag. En konsert med høy hygge-faktor og litt allsang blir det kanskje også?



Sommer og sol med Beach Boys

Med glimt i øyet og flotte vokalharmonier, hyller Erik & Erik det velkjente bandet Beach Boys og musikken som vi alle forbinder med sol, varme, surfing, raske biler og kjærlighet. Bli med til det glade 60-tallet og syng med.



Hildringstimen

Hildringstimen er en konsert som hyller Erik Bye sin musikk og poesi. Gjennom konserten får publikum høre om Erik Bye sitt liv og de får høre mange av de viseskattene Erik er så kjent for. Mesterlig fremført av to profesjonelle musikere, Espen Wensaas og Jon Berg Eriksen. En varm og inkluderende konsert.



Mitt lille land

I konserten «Mitt lille land» har Hedda Aronssen med seg en håndfull norske favoritter som hører med til både hverdags og fest, udødelige viser som passer perfekt som musikalsk følge inn i høsten.



Et ønske

Musikerne Anne Gravir Klykken og Jon Solberg startet et samarbeid basert på eldre opptak av ulike folkemusikere fra Telemark. Disse opptakene er et bakteppe for nye tekster og melodier av bygdeliv, nærnatur, historie og den folkelige musikken. Du inviteres inn i en nydelig musikalsk boble.



Du glade jul.

Vi runder av årets høstsesong med en konsert full av ro og stemning. Hege Kåsin Rusten har bladd igjennom bunken og valgt bare de flotteste låtene. Det blir jule-perler på en snor.



Juleminner

Bli med på en nostalgisk reise tilbake til barndommens julefeiring. Gjennom sang og historier deler Søskenduo'n Fredsrud sine personlige juleminner og inviterer til refleksjon over tradisjoner vi har hatt, og kanskje savner. Med tostemt sang, gitar og et nostalgisk uttrykk i både klesstil og musikk, blir det julestemning.



Under her finner du de ulike sentrenes tilbud, vi gjør oppmerksom på at det kan komme endringer i programmene.

Aagaardstunet

Aagaardstunet

Aagaardstunet seniorsenter ligger i sentrum av Sandefjord, rett ved Aagaards plass og retter sine aktiviteter i første rekke til senterets beboere. Beboerne får tilbud om aktiviteter som balansetrening, bowling eller deltagelse i en strikkegruppe. De har også mulighet til å forhåndsbestille middag som serveres i kafeen tre dager i uken.

Skulle du ønske å benytte et seniorsenter, anbefales det å benytte Forsmannsenteret som ligger to kvartaler høyere opp i Dronningens gate. Dette senteret er åpent for alle seniorer.

Faste aktiviteter for beboere, starter i uke 34.

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Kl. 13.30 -14.15 Balansetrening	Kl. 13.30 - 14.15 Bowling		Kl. 10.00 – 13.00 Håndarbeidscafe Kl.13.00 – 13.45 Sittedans	Kl. 13.30 -14.15 Bingo
Kl.14.30 Middag	Kl. 14.30 Middag		Kl. 14.00 Fellesmiddag	

Arrangementer for beboere

August

Tirsdag 19.08 kl.12.00. Vaffelhygge i kafeteriaen.

September

Mandag 08.09 kl. 10.00 – 14.00. Salg av klær fra Senior Shop. I aktivitetsrommet.

Oktober

Tirsdag 14.10 kl.12.00. Foredrag om antisvindelskampanje.
Holdes av Sparebank 1 i den blå stua i 3.etg.

November

Torsdag 27.11 kl.10.00-14.00. Høstmarked.

Desember

Torsdag 18.12 kl.16.00. Julebord.

Alle beboere oppfordres til å benytte Forsmannsenteret sine tilbud i tillegg.



Bugårdsenteret

Bugårdsenteret ligger i naturskjønne omgivelser med Bugårdsparken som nærmeste nabo. Bugården er både for deg som ønsker å bruke aktivitetstilbudet, og for deg som har mulighet til å bidra som frivillig. Senterets tilbud er for deg som bor i eget hjem, og for deg som bor i en av leilighetene i bygget. Senteret har egen kafeteria, som serverer hjemmelaget og tradisjonsrik mat. I tillegg finner du frisør og autorisert fotterapeut i senterets lokaler.

Faste aktiviteter starter i uke 34

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Kl.09.30 - 12.00 Dataklubben	Kl.10.00 Balansetrening	Kl.10.30 Sittedans	Kl.10.00 - 13.00 Aktivitet på Hobbystua og snekker'n med lunsj	Kl.09.30 Balansetrening
Kl.12.00 Bowling	Kl.11.00 Turgruppe	Kl.12.00 Bingo	Kl.15.00 Boktimen	Kl.12.00 Mindfulness - vi drømmer oss vekk
Kl.14.30 Syng sammen	Kl.12.00 Tirsdagsklubben "Blanda drops"	Kl.17.00 Kaffeslabberas	Kl.17.00 Strikkekafè i partallsuker	Kl.14.00 Ukeslutt m/gruble, quiz og annen moro
Kl.17.30 - 18.30 Kveldsmat og sosialt samvær	Kl.12.00 Sterk og stødig trimgruppe		Kl.17.30 Kveldsmat og sosialt samvær	

Arrangementer

August

- Onsdag 20.08 kl.18.00 Danseaften**
Musikk, bevertning og hyggelig samvær. Bjørn og Boris spiller.
Billett i døra kr.200,-.
- Tirsdag 26.08 kl.18.00 Guttas kveld.** Påmelding innen 22.08. Pris kr.200,-.
- Torsdag 28.08 kl.10.30 Tur til Bøkekroa.**
Ta kontakt med miljøarbeider for påmelding.

September

- Tirsdag 02.09 kl.17.00 Ettermiddagstreff** i regi av Bugården menighet.
Andakt, sang, utlodning og servering.
- Onsdag 03.09 kl.18.00 Konsert med Broderrøsten Mannskor.**
Kaffe og kake kr.30,-

Torsdag 04.09	kl.10.00 - 14.00 Klessalg fra Senior Shop.
Torsdag 04.09	kl.18.00 Discokveld med linedans. Vi serverer fylte horn, og cider i glasset. Påmelding innen 01.09. Pris kr.100.-
Torsdag 11.09	kl.11.00 - 13.00 Hørselsveiledning og hørselstest.
Fredag 12.09	kl 11.00 Tegne og malekurs for seniorer v/Gerd Hammer. Oppstart denne dagen. Møt opp for informasjon og påmelding.
Onsdag 17.09	kl.17.00 Sandefjord Ukuleleorkester. Utlodning. Kaffe og kake v/Trivselsgruppa. Pris kr.100,-
Tirsdag 23.09	kl.17.00 Ettermiddagstreff i regi av Bugården menighet.
Onsdag 24.09	kl.12.00 Konsert «Hildringstimen» med Espen Wensaas og Jon Berg Eriksen. I regi av DKV. Billett i døra, Vipps eller kontant kr.100,-
Torsdag 25.09	kl.10.30 Tur med Frivilligsentralen. Kontakt miljøarbeider for påmelding.
Tirsdag 30.09	kl.18.00 Guttas kveld. Påmelding innen 26.09. Pris kr.200,-

Oktober

Onsdag 01.10	Vi markerer Eldredagen med kake og kaffe.
Mandag 06.10	kl.17.00 Pub. Jan Heidenstrøm spiller og det er pizza på menyen. Påmelding innen 03.10. Pris kr.150,-
Tirsdag 07.10	kl.11.00 Monas agentur.
Onsdag 09.10	kl.10.00 - 11.30 Livsgledebarnehage. Furustad barnehage kommer. Det blir felles aktivitet og sang fra barna.
Tirsdag 14.10	kl.12.00 Konsert «Mitt lille land» med Hedda Aronssen. I regi av DKV. Billett i døra, Vipps eller kontant kr.100,-
Tirsdag 14.10	kl.17.00 Fremtidsfullmakt. Foredrag v/Sparebank 1.
Onsdag 22.10	kl.10.00 - 14.00 Velværedag. Hudpleie ved Sandefjord Akademiet. Behandlingene er gratis. Kjøkkenet serverer deilig smoothie. Serveringen er sponset av Aktiviteten.
Onsdag 22.10	kl.18.00 Fest i regi av vinklubben. Kjell Arvid Johannessen spiller. Påmelding innen 17.10, kr. 300,-
Tirsdag 28.10	kl.18.00 Guttas kveld. Påmelding innen 24.1. Pris kr. 200,-
Torsdag 30.10	kl.10.30 Tur med Frivilligsentralen. Kontakt med miljøarbeider for påmelding.
Torsdag 30.10	kl.17.00 Damenes aften. Påmelding innen 24.10. Pris kr. 250,-

November

- Tirsdag 04.11** **kl.17.00 Ettermiddagstreff** i regi av Bugården menighet.
Andakt, sang, utlodning og loddsalg.
- Onsdag 05.11** **kl.18.00 Irsk aften.**
Det serveres Irish Stew både på senen og tallerkenen.
Påmelding innen 31.10. Pris kr.200,-.
- Torsdag 06.11** **kl. 10.00 - 11.30 Livsgledebarnehage.**
Furustad barnehage kommer. Det blir felles aktivitet og sang fra barna.
- Torsdag 13.11** **kl.10.30 - 14.00** Klessalg fra Senior Shop.
- Tirsdag 25.11** **kl.18.00 Guttas kveld.**
Påmelding innen 21.11. Pris kr.200,-.
- Torsdag 27.11** **kl.10.30 Tur med Frivilligsentralen.**
Kontakt miljøarbeider for påmelding.

Desember

- Tirsdag 02.12** **kl.17.00 Ettermiddagstreff** i regi av Bugården menighet.
Andakt, sang, utlodning og servering.
- Onsdag 03.12** **kl.15.30 Konsert «Juleminner»** med søskenduoen Fredsrud.
I regi av DKV. Billetter i døra, Vipps eller kontantkr.100,-.
- Torsdag 04.12** **kl.10.00 - 11.30 Livsgledebarnehage.**
Furustad barnehage kommer. Det blir felles aktivitet og sang fra barna.
- Tirsdag 09.12** **kl.11.00 Monas agentur.**
- Tirsdag 09.12** **kl.18.00 Kino.**
Servering av popcorn og drikke. Aktiviteten sponser arrangementet.
- Fredag 12.12** **kl.18.00 Danseaften med julebord.**
Gunnar Thomas spiller. Bevertning og hyggelig samvær.
Påmelding innen 05.12. Pris kr.300,-.



Engveiensenteret

Engveiensenteret ligger sentralt i Stokke sentrum med kort vei til butikker, togstasjon og flotte turområder i Bokemoa. Kafeteriaen serverer hjemmelaget og tradisjonsrik mat. Senteret tilbyr mange faste aktiviteter og en rekke arrangementer. Det er frisør og fotpleie på senteret.

Faste aktiviteter starter i uke 34

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Kl.09.00 - 14.00 Snekker'n og malerommet holder åpent Kl.10.00 Sterk og stødig Påmelding for nye deltagere Kl.10.00 Hobby'n Kl.11.00 Kaffe og prat for alle som vil komme innom på Torvet Kl.11.30 Shuffleboard Kl.18.00 Kveldsmat og sosialt i kafeteriaen	Kl.11.00 Bingo i partallsuker Sangkafè i oddetallsuker Kl.14.00 - 16.00 Strikkekafè	Kl.10.30 Lett trim Kl.11.00 Hyggetreff med kaffe og prat Kl.11.00 - 14.00 Malerommet holder åpent	Kl.11.00 Hjernetraining Kl.12.00 Sterk og stødig Påmelding for nye deltagere Kl.13.30 Morosjon Kl.14.00 - 16.00 Strikkekafè Kl.18.00 Kveldsmat og sosialt i kafeteriaen	Kl.10.00 Lett trim Kl.11.00 Fredagstreff Kulturelt innslag/tema i partallsuker Ballspill i oddetallsuker Kl.11.45 Handlebuss i partallsuker

Arrangementer

August

Tirsdag 19.08

kl.10.00 Andakt i regi av Stokke kirke.

Tirsdag 19.08

kl.13.00 Grillfest med underholdning.

Elling Hem spiller gitar og synger.

Kjøp av billett i kafeteriaen fra 28.07 kr. 200,-.

Mandag 25.08	kl.09.00 - 10.00 Frokostbuffét i kafeteriaen, kr. 50,-.
Torsdag 28.08	kl.11.00 - 15.00 Salg av klær fra Seniorklær Vestfold.
Fredag 29.08	kl.11.00 Fredagstreff med gruppa "Trio Torsdag". Jazz og bluesmusikk. Bevertning kr.30,-.

September

Tirsdag 02.09	kl.10.00 Andakt i regi av Stokke kirke.
Onsdag 03.09	kl.11.00 Konsert "Sommer og sol med Beachboys" med Erik og Erik. I regi av DKV. Billett i døra, Vipps eller kontant, kr. 100,-.
Tirsdag 09.09	kl.17.00 Maritim aften. Per Carolus presenterer viseprogrammet "Fjord og hav". Servering av fiskesuppe og focaccia. Kjøp av billett i kafeteriaen fra 18.08 kr. 200,-.
Onsdag 10.09	kl.18.00 Møte i Stokke pensjonistforening.
Fredag 12.09	kl.11.00 Fredagstreff med foredrag om hvalfangst av Tore Børnick. Bevertning kr. 30,-.
Tirsdag 16.09	kl.10.00 Andakt i regi av Stokke kirke.
Onsdag 17.09	kl.11.00 - 13.00 Hørselsveiledning og hørselstest. I regi av Hørselshemmedes landsforbund.
UKE 39	KJØKKENETS HØSTUKE. En uke fylt med smak av høst.
Fredag 26.09	kl.11.00 Fredagstreff med sang og musikk av Nygårdsensemblet. Bevertning kr. 30,-.
Mandag 29.09	kl.09.00 - 10.00 Frokostbuffét i kafeteriaen, kr. 50,-.
Tirsdag 30.09	kl.10.00 Andakt i regi av Stokke kirke.

Oktober

Onsdag 01.10	kl.11.00 Markering av eldredagen.
Onsdag 08.10	kl.11.00 Hyggetreff med generasjonsmøte. Bevertning kr. 30,-
Onsdag 08.10	kl.18.00 Møte i Stokke pensjonistforening.
Fredag 10.10	kl.11.00 Fredagstreff med tema psykisk helse. Sigrunn Meyer holder foredrag om psykisk helse. Bevertning kr. 30,-.
Tirsdag 14.10	kl.10.00 Andakt i regi av Stokke kirke.
Tirsdag 14.10	kl.17.00 Kreativ strikkekveld med Garn & Sømatelier. Vi inviterer til inspirerende strikkekveld med idéutveksling og sosialt samvær. Servering av lakseruller og cider. Billett kjøpes i kafeteriaen fra 30.09, kr.100,-.
Fredag 17.10	kl.11.00 Konsert "Mitt lille land" med Hedda Aronsen. I regi av DKV. Kjøp av billett i døra, Vipps eller kontant kr.100,-.
Fredag 24.10	kl.11.00 Fredagstreff med sang og allsang med Hanne Wogn-Henriksen. Bevertning kr. 30,-.

Mandag 27.10 kl. 09.00 - 10.00 Frokostbuffét i kafeteriaen, kr.50,-.

Tirsdag 28.10 kl.10.00 Andakt i regi av Stokke kirke.

Tirsdag 28.10 kl.17.00. Festkveld med "Swing'it" - Musikk fra det glade 1920-tallet.

Bli med 100 år tilbake i tid! Glajazz bandet "Swing'it" spiller musikk i kjent 1920-talls stil. Servering av kyllingsuppe og brød, wienerbrød til dessert.

Billett kjøpes i kafeteriaen fra 13.10, kr.50,-.

Konserten er sponset av Aktiviteten på Engveiensenteret.

November

Torsdag 06.11 kl.11.00 - 15.00 Salg av klær fra Seniorklær Vestfold.

Fredag 07.11 kl.11.00 Fredagstreff med sang og allsang ved Moajentene.

Beverting kr. 30,-.

Tirsdag 11.11 kl.10.00 Andakt i regi av Stokke kirke.

Onsdag 12.11 kl.18.00 Møte i Stokke pensjonistforening.

Fredag 21.11 kl.11.00 - 14.00 JULEMARKED.

Mandag 24.11 kl.09.00 - 10.00 Frokostbuffét i kafeteriaen, kr. 50,-.

Tirsdag 25.11 kl.10.00 Andakt i regi av Stokke kirke.

Desember

Onsdag 03.12 kl.18.00 Møte i Stokke pensjonistforening.

Fredag 05.12 kl.11.00 Konsert "Juleminner" med søskenduoen Fredsrud.

I regi av DKV. Kjøp av billett i døra, Vipps eller kontant kr.100,-.

Tirsdag 09.12 kl.10.00 Andakt i regi av Stokke kirke.

Tirsdag 16.12 kl.17.00 Julekonsert med Oddvar Myklebust.

Servering av medistersmørbrød og tilslørte jordbærpiker.

Billett kjøpes i kafeteriaen fra 02.12 kr.200,-.

Fredag 19.12 kl.11.00 Fredagstreff med julesangsamling i regi av Stokke kirke.

Beverting kr. 30,-.



Forsmannsenteret

Forsmannsenteret ligger i hjertet av byens sentrum. Her kan du komme på mange ulike faste aktiviteter og arrangementer, og nyte hjemmelaget mat i kafeteriaen.

Deler av senterets varierte tilbud er basert på frivillig innsats. Senteret har 95 leiligheter. Hjemmesykepleien har lokaler i bygget.

Faste aktiviteter starter i uke 33

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Kl. 09.00 Frokost	Kl. 09.00 Frokost	Kl. 09.00 Frokost	Kl. 09.00 Frokost	Kl. 09.00 Frokost
Kl. 09.00 -15.00 Aktiviteten	Kl. 10.00 -13.00 Garnnøstene	Kl. 10.00 - 13.00 Snekkerverksted	Kl. 10.00 - 15.00 Aktiviteten	Kl. 10.30 -13.00 Seniornett (oddetallsuker)
Kl. 10.00 - 15.00 Snekkerverksted	Kl. 10.00 – 10.45 Morgenyoga	Kl. 10.00 - 13.00 Curling (partallsuker)	Kl. 10.00 - 15.00 Snekkerverksted	Kl. 11.30 - 13.00 Fredagsmøte (partallsuker)
Kl. 11.00 Litteraturtimen	Kl. 11.00 – 12.00 LHL trening	Kl. 10.30 -11.15 Balansetrening	Kl. 10.00 – 14.00 Glassfusing	Kl. 11.00 -15.00 Maleklubb
Kl. 12.15 - 13.00 Sittedans	Kl. 11.00 Handlebuss til Meny	Kl. 11.00 - 15.00 Maleklubb	Kl. 10.00 – 10.45 Balansetrening	Kl. 10.45 -11.10 Meditasjon
Kl. 13.15 - 14.15 Danseglede 3 (påmelding)	Kl. 11.00 Gåtur/utegruppe	Kl. 11.45 - 12.10 Meditasjon	Kl. 11.00 – 11.45 Balansetrening	Kl. 11.15 -12.00 Qigong
Kl. 14.30 - 15.30 Danseglede 1 (påmelding)	Kl. 12.00 -12.45 Balansetrening	Kl. 12.15 - 13.00 Qigong	Kl. 11.30 Kakesalg	Kl. 12.15 – 13.15 Bingo (oddetalluker)
Kl. 18.00 Kveldsmat	Kl. 13.00 – 14.00 Danseglede 2 (påmelding)	Kl. 12.00 - 13.00 Quiz i oddetallsuker	Kl. 13.30 - 14.30 Bevegelsesglede	Kl. 12.15 – 13.15 Bingo (oddetalluker)
	Kl. 18.00 Kveldsmat	Kl. 18.00 Kveldsmat	Kl. 18.00 Amerikanerspill	Kl. 18.00 Selskapsklubben (Partallsuker)
			Kl. 18.00 Kveldsmat	Kl. 18.00 Kveldsmat

Arrangementer

August

Torsdag 14.08	kl.12.00 Gruble
Fredag 15.08	kl.18.00 Selskapsklubben – Thormod Hansen spiller.
Torsdag 21.08	kl.10.00 - 14.00 Mona og Sissi – klessalg i foajeen
Torsdag 28.08	kl.12.00 «Syng med oss» - Allsangstund i Storstua
Fredag 29.08	kl.18.00 Selskapsklubben – Gunnar og Thomas spiller

September

Torsdag 04.09	kl.12.00 Konsert, «Sommer og sol med Beachboys» med Erik og Erik. I regi av DKV. Billett i døra, Vipps eller kontant, kr. 100,-.
Torsdag 11.09	kl.12.00 Duo «Løs jakke» 50 – 60 talls musikk. Billett kr. 50,- kjøpes i døra.
Fredag 12.09	kl.18.00 Selskapsklubben – Rolf Og Øysteins duo spiller.
Torsdag 18.09	kl.12.00 Gruble
Torsdag 25.09	kl.12.00 «Syng med oss» - Allsangstund i Storstua
Fredag 26.09	kl.18.00 Selskapsklubben – Applaus spiller

Oktober

Torsdag 02.10	kl.10.00 - 14.00 Seniorshop i foajeen kl.15.00 Sminke og hårstyling til disco, påmelding fra 22.9. kl.18.00 DISCO på Harmonie. Senteret kan bistå med billettkjøp. Vi går ifølge eller kjører buss fra Forsmann kl.17.30.
Torsdag 09.10	kl.12.00 Konsert med Fløyelspikene
Fredag 10.10	kl.18.00 Selskapsklubben – Thormod Hansen spiller
Torsdag 16.10	kl.11.00 - 13.00 Informasjon og inspirasjon til ditt liv som senior
Torsdag 23.10	kl.17.30 Show & pasta - Gunnar på Zanzibar Billetter kjøpes fra 2.10, kr 250,-.
Fredag 24.10	kl.18.00 Selskapsklubben – Rolf og Øysteins duo spiller
Torsdag 30.10	kl.12.00 «Syng med oss» - Allsangstund i Storstua

November

Torsdag 06.11	kl.12.00 Konsert «Et ønske» med Anne G. Klykken og Jon Solberg. I regi av DKV. Billett i døra, Vipps eller kontant, kr. 100,-.
Fredag 07.11	kl.18.00 Selskapsklubben – Applaus spiller
Torsdag 13.11	kl.09.30 - 13.00 Energipåfyll for sinn og kropp Billetter kr.200,- kjøpes fra 1.11.
Torsdag 20.11	kl.12.00 «Syng med oss» - Allsangstund i Storstua
Fredag 21.11	kl.18.00 Selskapsklubben – Gunnar og Thomas spiller
Torsdag 27.11	kl.10.00 - 14.00 Julemarked
Fredag 28.11	kl.14.30 Julegrantenning

Desember

Torsdag 04.12	kl. 12.00 Konsert «Juleminner» med søskenduoen Fredsrud. I regi av DKV. Billett i døra, Vipps eller kontant, kr.100,-.
Fredag 05.12	kl.18.00 Selskapsklubben – Julebord – Applaus spiller
Torsdag 11.12	kl.18.00 Julekonsert med Pilgrimmene 4 sangere, kjent fra Oslo Gospel choir, synger med cello og piano. Billetter kr. 150 kjøpes fra 25.11.
Onsdag 17.12	kl 16.30 Lystenningsstund Vi tenner lys for alt som er viktig for oss og verden og synger julesanger.
Torsdag 18.12	kl.12.00 Gruble
Julaften	kl.16.00 Hyggelig julaftenarrangement. Billetter kr. 360,- kjøpes fra 1.12.



Framnessenteret

Framnessenteret er et maritimt senter som ligger nær kyststien på Vesterøya, i gangavstand fra sjøen og i gamle Framnæs mekaniske verksteds område. Ukentlig kan du her delta på mange ulike aktiviteter og arrangementer. Senteret består av 41 leiligheter. Cafe Framnæs er senterets egen kafeteria og serverer hjemmelaget og tradisjonsrik mat. Det er også frisør og autorisert fotterapeut i lokalene.

Faste aktiviteter starter i uke 34

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Kl.10.00 – 13.00 Aktiviteten er åpen	Kl.10.00 – 13.00 Aktiviteten er åpen	Kl.10.00 – 13.00 Aktiviteten er åpen	Kl.10.00 – 13.00 Aktiviteten er åpen	Kl.10.30 – 11.30 Bowling
Kl.09.00 – 13.00 Snekkergruppa	Kl.10.00 – 11.00 Framnestrimmen	Kl.09.00 – 13.00 Snekkergruppa	Kl.10.00 – 11.00 Framnestrimmen	Kl.10.00 Handlebuss til Meny Kilen
Kl.10.00 – 14.00 Bridgeklubben (Påmelding)	Kl.11.00 – 11.45 Sittedans	Kl.11.00 – 12.00 Vedlikeholdstrening	Kl.16.00 – 18.00 Bingo (Annenhver uke i like uker)	Kl.13.30 – 14.00 Balansegruppe med fysioterapeut (Påmelding)
Kl.13.00 – 14.00 Trimgruppa	Kl.16.30 Tirsdagstreff med Vesterøy menighet (Den andre tirsdagen i mnd)	Kl.11.00 – 12.00 Arm i arm		Kl.14.00 – 15.00 Allsang, den siste fredagen i mnd med servering av kake og kaffe. Se unntak i programmet.
Kl.14.30 – 15.30 åpent trimrom		Kl.14.30 – 15.30 åpent trimrom		
Kl.16.30 Kveldsmat med aktivitet				

Arrangementer

August

Fredag 22.08

kl.14.00 Allsang med kake og kaffe i peisestua.

Søndag 31.08

kl.16.00 Hagekonsert med Sandefjord Veteranensemble.

Salg av kaffe og vafler, loddsalg.

September

- Torsdag 04.09** **kl.15.30 Konsert «Sommer og sol med Beachboys»** med Erik og Erik.
I regi av DKV. Billett i døra, Vipps eller kontant kr.100,-.
- Tirsdag 09.09** **kl.16.30 Tirsdagstreff** i regi av Vesterøy menighet. Sang og musikkprogram v/Berit Hem Gulbrandsen og Stian Tveit, andakt, bevertning og loddsalg.
- Onsdag 24.09** **kl. 10.00- 14.00 Seniorshop** selger klær og tilbehør til dame og herre.
- Fredag 26.09** **kl.14.00 Duo en Sangpaletten** underholder med sang og allsang.
Kake og kaffe serveres.

Oktober

- Mandag 06.10** **kl.11.00 -13.00 Hørselstest og sjekk av høreapparater.**
I regi av Hørselshemmedes landsforbund.
- Mandag 06.10** **kl. 16.00 Foredrag om Syd- Georgia** av Torolf Stenersen.
Påmelding til kveldsmat etter foredraget, for de som ønsker å delta på det.
- Tirsdag 14.10** **kl.16.30 Tirsdagstreff** i regi av Vesterøy menighet.
«Et hvalfangerliv» presentert av en hvalfangerdatter v/Inger Rismyhr, andakt, bevertning og loddsalg.
- Torsdag 23.10** **kl.17.00 Blue Jeans Trio med «Slagerparaden».**
God stemning med flott og fengende musikk fra 50-, 60- og 70-tallet.
Enkel bevertning, pris kr. 150,-.
- Fredag 31.10** **kl.14.00 Allsang** i peisestua med kake og kaffe.

November

- Torsdag 06.11** **kl.15.30 Konsert «Et ønske»** med Anne G. Klykken og Jon Solberg.
I regi av DKV. Billett i døra, Vipps eller kontant kr. 100,-.
- Tirsdag 11.11** **kl.16.30 Tirsdagstreff** i regi av Vesterøy menighet.
«Lyden av lys», bilder og musikk med Helge Dyve, andakt v/ Erik Brøntveit, bevertning og loddsalg.
- Torsdag 20.11** **kl.10.00 -14.00 Julemarked**
Salg av sveler og kaffe, håndarbeid, produkter i tre og annet fristende.
Elever fra 3.trinn fra Framnes skole synger julesanger.
- Fredag 28.11** **kl.14.00 Allsang** i peisestua med kake og kaffe, tenning av juletre og markering av oppstart adventstid.

Desember

- Torsdag 04.12** **kl.16.00 Årlig Julekonsert** med **Nordre Skur og Ballast.**
- Onsdag 17.12** **kl.15.30 Konsert «Du glade jul»** med Hege Kåsin Rusten.
I regi av DKV. Billett i døra, Vipps eller kontant, kr. 100,-.
- Tirsdag 09.12** **kl.16.30 Tirsdagstreff** i regi av Vesterøy menighet.
Juleprogram, andakt, bevertning og loddsalg.
- Fredag 12.12** **kl.11.00 Luciatog** og sang v/Vesterøy Solkollen barnehage.
- Torsdag 18.12** **kl.10.00 Elever fra Framnes skole** underholder med julesanger og annet.
- Fredag 19.12** **kl.14.00 Allsang** i peisestua med julesanger, julekaker og kaffe.
- Onsdag 24.12** **Julaften: kl.12.00 Sandefjord Veteranensemble spiller.**
kl.13.00 Grøt og julemat serveres i kafeteriaen.



Møylandsenteret

Møylandsenteret ligger sentralt i Andebu med kort avstand til turområder, butikker og bibliotek.

Her kan du benytte deg av en rekke aktiviteter og arrangementer, og nyte hjemmelaget mat i kafeteriaen.

Senteret har 40 leiligheter. Åtte av leilighetene er et bofelleskap for personer med demens og det er også et dagaktivitetstilbud for personer med demens på senteret.

Hjemmesykepleien har kontorer i bygget.

Faste aktiviteter hver uke

Mandag:	kl.11.00 Strikke kafe samarbeid med Andebu Helselag
Onsdag:	kl 10.00 Balansetrening
Torsdag:	kl.12.00 Gåtur kort eller lang tur, møt opp ved hovedinngangen kl.12.00 Sykkeltur med frivillige når været tillater det kl.15.00 Sittedans i 2 etasje stue
Fredager:	kl.10.00 og kl.11.45 Balansetrening

Arrangementer

August

Torsdag 21.08	kl.12.00 Konsert «Lillebjørns viser» med Rolf Dolven. I regi av DKV. Billett i døra, Vipps eller kontant, kr. 100,-.
Mandag 25.08	kl.18.00 Linedance- lyst å være med? Kontaktperson er Tove Terkelsen
Onsdag 27.08	kl.11.00 til 13.00 Er du glad i å synge, bli med i Andebu koret. Hver annen uke kan du få transport fra Møylandsenteret til sykehjemmet. Påmelding i resepsjonen.
Torsdag 28.08	kl.11.00 til 13.30 Arrangement i hagen i forbindelse med Hælja Hime Petanque, salg av håndarbeider.

September

Tirsdag 02.09	kl.11.30 Rullatordag Info og inspirasjon fra fysioterapeut Cecilie Karlsen Haugeli
Onsdag 03.09	kl.10.00 Safting/ sylting, i andre etasje mot nord
Onsdag 03.09	kl.10.00 Oppstart av balansetrening, nytt tilbud.
Tirsdag 09.09	kl.18.00 Kreativ kveld
Onsdag 10.09	kl.10.30 Brødbaking på Gulli m/Marianne Idland og Gerd Gulli Påmelding, pris 100,- kr.
Mandag 15.09	kl.14.30 Qigong inspirert trening
Tirsdag 16.09	kl.10.00 – 13.00 Høstdag, salg av høstens godsaker.
Onsdag 17.09	kl.12.00 Allsang med Terje Gåsholt og Fredrik Eeg
Mandag 22.09	kl.11.00 Klessalg fra Mona og Sissi
Mandag 22.09	kl.12.00 NY AKTIVITET; Luftgevær trening i kjelleren for menn med Jan Syvert Bråthen.

Onsdag 24.09 kl.15.30 **Konsert "Hildringstimen"** med Espen Wensaas og Jon Berg Eriksen.
I regi av DKV. Billett i døra, Vipps eller kontant, kr. 100,-.

Tirsdag 30.09 kl.12.00 **Kirkepraten**
kl.14.30 **Bingo i andre etasje** kr. 20,-.

Oktober

Onsdag 01.10 kl.11.00 **Steking av potet lomper** kl.12.00, **salg av pølser i lompe.**

Torsdag 02.10 kl.11.30 **Foredrag med Erlend Larsen, Hverdagen på Stortinget.**

Lørdag 04.10 og søndag 05.10 kl.11.00 til 16.00 **Sy helg.**

Påmelding, pris kr. 200 inkludert mat på lørdag.

Torsdag 09.10 kl.18:00 **Oktoberfest, Linda Kvam spiller til dans**
Billett salg kr.250,- fra 23.09.

Tirsdag 14.10 kl.18.00 **Kreativ kveld**

Onsdag 15.10 kl.12.00 **Allsang med Terje Gåsholt og Fredrik Eeg**

Onsdag 15.10 kl.18.00 **"Sansær du kveld" med, Hans Anders Kjærås.**

Torsdag 16.10 kl.10.30 **Senior shop – salg av klær til dame og herre.**

Tirsdag 21.10 kl.11.30 **Foredrag om veteran lastebiler, f eks. Bandar Abbas, ved Petter Melsom.**

Tirsdag 21.10 kl.17.30 til 20.30 **Ull kurs,**
lag ditt eget sitteunderlag med Anina Wegger Næss. Kr.500,-, påmelding.

Tirsdag 28.10 kl.12.00 **Kirkepraten**
kl.14.30 **Bingo i andre etasje** kr.20,-.

November

Tirsdag 04.11 kl.11.30 **Bilder fra Sandefjord og Andebu m/Simen Gjertseth**

Onsdag 05.11 kl.10.00 til 13.30 **Handletur til Revetal.** Pris kr. 50,-. Påmelding.

Tirsdag 11.11 kl.18.00 **Kreativ kveld – besøk av butikken Garn /søm fra Stokke.**

Onsdag 12.11 kl.12.00 **Allsang med Terje Gåsholt og Fredrik Eeg.**

Torsdag 13.11 kl.18.00 **Quiz/rebus kveld med mat.** Kjøp av billetter kr.50,- fra 29.10.

Tirsdag 25.11 kl.12.00 **Kirkepraten**
kl.14.30 **Bingo i 2 etasje, kr. 20,-**

Onsdag 26.11 kl.10.00 **Pynte til advent, bli med å pynt senteret**

Lørdag 29.11 kl.10.30 til 14.30 **Julemarked med åpen kafe**

Desember

Torsdag 04.12 kl.15.30 **Konsert «Juleminner» med søskenduoen Fredsrud.**
I regi av DKV. Billett i døra, Vipps eller kontant, kr. 100,-.

Onsdag 03.12 kl.12.00 **Allsang, tema jul.**

Onsdag 10.12 kl.12.00 til 14.00 **Julebuffet.** Billett salg kr. 250,- fra 26.11.

Fredag 12.12 kl.10.30 **Lucia tog med Møyland barnehagen**

Onsdag 17.12 kl.12.00 **Allsang Terje Gåsholt og Fredrik Eeg.**

Torsdag 18.12 kl.12.00 **Julesanger m/barnehagen**

Mandag 22.12 kl.11.00 **Før juls hygge m/enkel servering og underholdning.**
Billett kr 50, kjøpes i døra.

Parkensenteret



Parkensenteret ligger i idylliske omgivelser, med Bugårdsparken som nærmeste nabo. Her er det flotte turmuligheter sommer som vinter. Senterets tilbud er for deg som bor i en av de 57 leilighetene på Parken, og for deg som bor i eget hjem utenfor senteret. Inviter gjerne med deg venner og bekjente! Hjemmetjenesten har lokaler i bygget.

Faste aktiviteter starter i uke 34

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Kl.11.15 Sang og musikk			Kl.10.50-12.30 Kl.11.00 Turgruppe	
12.15 Balansetrening		12.15 Stoltrim		12.15 Balansetrening
Kl.13.30 Middag	Kl.13.30 Middag	Kl.13.30 Middag	Kl.13.30 Middag	Kl.13.30 Middag
Kl.17.00 Hyggetreff på aktiviteten	Kl.18.00 Kveldsmat		Kl.18.00 Kveldsmat	Kl.17.00 Hyggetreff på aktiviteten

Arrangementer

August

Onsdag 20.08 kl.15.00 **Konsert "Lillebjørns viser"** med Rolf Dolven.
I regi av DKV - gratis.

Torsdag 28.08 kl.10.30 **Tur med Frivilligsentralen.**
Kontakt miljøarbeider for påmelding.

September

Tirsdag 09.09 kl.17.00 **Ettermiddagstreff i regi av Bugården Menighet.**
Andakt, åresalg og bevertning.

Fredag 05.09 kl. 10.00 - 14.00 **Klessalg fra Senior Shop.**

Torsdag 25.09 kl.10.30 **Tur med Frivilligsentralen.**
Kontakt med miljøarbeider for påmelding.

Oktober

Tirsdag 14.10 **kl.17.00 Ettermiddagstreff i regi av Bugården Menighet.**
Andakt, åresalg og bevertning.

Torsdag 30.10 **kl.10.30 Tur med Frivilligsentralen.**
Kontakt miljøarbeider for påmelding.

November

Tirsdag 11.11 **kl.17.00 Ettermiddagstreff i regi av Bugården Menighet.**
Andakt, åresalg og bevertning.

Torsdag 27.11 **kl.10.30 Tur med Frivilligsentralen.**
Kontakt miljøarbeider for påmelding.

Desember

Onsdag 03.12 **kl.16.00 - 18.00 Julemarked i foajeen.**
Salg av håndarbeidsprodukter og julekaker, kaffe og nystekte sveler.

Tirsdag 16.12 **kl.15.00 Konsert "Du glade jul" med Hege Kåsiin Rusten.**
I regi av DKV - gratis.

Seniorsentrene samarbeider med Sandefjord, Andebu og Stokke frivilligsentral.

Flere av våre sentre tilbyr transport for deg som ikke bor på et senter, men som vil delta på aktiviteter hos oss. Ta kontakt med ansatte på senteret du vil benytte, så sjekker vi ut muligheten for transport i regi av frivilligsentralen til oss. Det tilbys ukentlige handleturer med buss til og fra matbutikk/små handelssentre i nærområdet. Frivilligsentralene stiller med gratis transport. Noen av våre sentre arrangerer bussturer til skog og mark eller til ulike kulturelle attraksjoner store deler av året.



Ranviksenteret

Ranviksenteret ligger midt i sentrum av Ranvikområdet. Her kan du benytte deg av en rekke aktiviteter og arrangementer, og nyte hjemmelaget mat i kafeteriaen. Nærmeste naboer er barnehage, ungdomsskole, matbutikk og treningssenter.

Det er kort vei til fine turområder. Det er 57 leiligheter på Ranviksenteret. Hjemmesykepleien har lokaler i bygget.

Faste aktiviteter starter i uke 35

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Kl. 13.00 - 14.00 Middag	Kl. 10.15 Handlebuss til Meny Åsane, i ulike uker.	Kl. 10.30 - 11.00 Trappetrening	Kl. 10.00 - 14.00 Bridgen	Kl. 12.15 - 13.00 Fredagshygge v/Marianne
Kl. 18.00 Filatelistene partallsuker	Kl. 12.00 - 12.45 Balansetrening	Kl. 11.00 - 11.45 Styrke- og balansetrening	Kl. 10.00 - 13.00 Treskjærerne	Thorsberg i ulike uker
	Kl. 13.00 - 14.00 Middag	Kl. 13.00 - 14.00 Middag	Kl. 11.00 - 13.00 Strikkepinnene	Kl. 13.00 - 14.00 Middag
			Kl. 11.00 - 11.45 Sittedans	Kl. 14.00 - 15.00 Bingo
			Kl. 13.00 - 14.00 Middag	
			Kl. 14.00 - 15.00 Balansetrening	

Arrangementer

August

Onsdag 20.08	kl. 12.15 Trubaduren Elling Hem skaper herlig stemning. Konserten er gratis. Sponses av gavemidler.
Onsdag 20.08	kl. 13.00 Grillmat står på menyen.
Tirsdag 26.08	kl. 12.00 - 13.00 Besøkshunden Lotti kommer.
Onsdag 27.08	kl. 12.00 - 13.00 Kaffe og prat i regi av Sandefjord menighet Tema; Livet på Stortinget v/Erlend Larsen.

September

Tirsdag 02.09	kl. 16.30 Ettermiddagstreff i regi av Sandefjord menighet.
Onsdag 03.09	kl. 10.30 - 14.00 Seniorshop , salg av klær til dame og herre.
Onsdag 10.09	kl. 12.00 - 13.00 Kaffe og prat i regi av Sandefjord menighet. Tema; Hvalfangst v/Inger Rismyhr.
Tirsdag 16.09	kl. 11.00 - 13.00 HLF (Hørselshemmedes landsforbund) bistår med hørselstest og sjekk av høreapparater.
Onsdag 17.09	kl. 12.15 - 13.00 Sang og musikk med Johnny Olsrud.

Tirsdag 23.09	kl.18.00 Konsert «Hildringstimen» med Espen Wensaas og Jon Berg Eriksen. I regi av DKV. Billett i døra, Vipps eller kontant, kr. 100,-.
Onsdag 24.09	kl.12.00 - 13.00 Kaffe og prat i regi av Sandefjord menighet. Tema; Sosiale medier v/Kirsten Ness fra Seniornett.
Torsdag 25.09	kl.11.00 - 14.00 Høstmarked og fårikålens dag. Salg av håndarbeidsprodukter laget på senteret.
Oktober	
Tirsdag 07.10	kl.16.30 Ettermiddagstreff i regi av Sandefjord menighet.
Onsdag 08.10	kl.12.00 - 13.00 Kaffe og prat i regi av Sandefjord menighet. Tema: Verdens lengste lastebilrute v/Petter Melsom.
Tirsdag 14.10	kl.16.00 Konsert «Mitt lille land» med Hedda Aronssen. I regi av DKV. Billett i døra, Vipps eller kontant, kr. 100,-.
Onsdag 15.10	kl.12.15 - 13.00 Sang og musikk med Johnny Olsrud.
Lørdag 18.10	kl.12.00 - 16.00 Malerutstilling og salg ved malergruppa Vermillion.
Søndag 19.10	kl.12.00 - 16.00 Malerutstilling og salg ved malergruppa Vermillion.
Onsdag 22.10	kl.12.00 - 13.00 Kaffe og prat i regi av Sandefjord menighet. Tema; Info om pensjonistforbundet v/Liv Krossøy, før Anne-Lise Løve snakker om nedlagte butikker i Sandefjord.
Onsdag 29.10	kl.12.00 - 13.00 Bokdag m/Liv Gade. Arrangementet er gratis. Sponses av gavemidler.
November	
Tirsdag 04.11	kl.16.30 Ettermiddagstreff i regi av Sandefjord menighet.
Onsdag 05.11	kl.12.00 - 13.00 Kaffe og prat i regi av Sandefjord menighet. Tema; Digital arv v/Tor Møller fra Seniornett.
Onsdag 12.11	kl.12.15 - 13.00 Sang og musikk med Johnny Olsrud.
Torsdag 13.11	kl.17.00 - 19.00 Rekeaften. Foredrag v/Even Haugheim. Underholdning v/Eldar Kyrkjebø. Billett kr.250,- kjøpes i kafeteriaen fra 15.oktober.
Onsdag 19.11	kl.12.00 - 13.00 Kaffe og prat i regi av Sandefjord menighet. Nybyen, - menneskelig større enn du tror v/Harry Rove.
Torsdag 20.11	kl.10.30 - 14.00 Seniorshop , salg av klær til dame og herre.
Fredag 28.11	kl.12.00 Lystenning før advent.
Desember	
Tirsdag 02.12	kl.16.30 Ettermiddagstreff i regi av Sandefjord menighet.
Onsdag 03.12	kl.12.00 - 13.00 Kaffe og prat i regi av Sandefjord menighet Tema; Lokal eldrepolitikk v/Per-Eivind Johansen – leder av eldrerådet.
Torsdag 04.12	kl.16.00 - 18.30 Julemarked. Salg av håndarbeidsprodukter, julekaker og risgrøt. Sandefjord Damekor synger kl.18.00.
Onsdag 10.12	kl.12.15 - 13.00 Sang og musikk med Johnny Olsrud.
Fredag 12.12	kl.13.00 Luciatog med barn fra Ranvik barnehage.
Tirsdag 16.12	kl.18.00 Konsert «Du glade jul» med Hege Kåsin Rusten. I regi av DKV. Billett i døra, Vipps eller kontant, kr. 100,-.
Onsdag 17.12	kl.12.00 - 13.00 Kaffe og prat i regi av Sandefjord menighet. Tema; Julefortellinger v/Lise Strandberg.

Desember

- Tirsdag 02.12** kl.16.30 **Ettermiddagstreff** i regi av Sandefjord menighet.
- Onsdag 03.12** kl.12.00 - 13.00 **Kaffe og prat** i regi av Sandefjord menighet
Tema; Lokal eldrepolitikk v/Per-Eivind Johansen – leder av eldrerådet.
- Torsdag 04.12** kl.16.00 - 18.30 **Julemarked.**
Salg av håndarbeidsprodukter, julekaker og risgrøt.
Sandefjord Damekor synger kl.18.00.
- Onsdag 10.12** kl.12.15 - 13.00 **Sang og musikk med Johnny Olsrud.**
- Fredag 12.12** kl.13.00 **Luciatog med barn fra Ranvik barnehage.**
- Tirsdag 16.12** kl.18.00 **Konsert «Du glade jul»** med Hege Kåsin Rusten.
I regi av DKV. Billett i døra, Vipps eller kontant, kr. 100,-.
- Onsdag 17.12** kl.12.00 - 13.00 **Kaffe og prat** i regi av Sandefjord menighet.
Tema; Julefortellinger v/Lise Strandberg.



Solvangsenteret

Solvangsenteret ligger i Nybyen, sentralt med kort vei til byen og kort vei til vakre Bugårdsdammen. Senteret har 79 leiligheter og hjemmesykepleien har lokaler i bygget. Vi ønsker alle velkommen til Solvangsenteret.

Faste aktiviteter starter 11. august.

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Kl. 11.00 - 12.00 Løs ukens kryssord/ hjernetrim på aktiviteten.	Kl. 10.00 - 13.30 Strikkegruppa «Nøste» samles på aktiviteten	Kl. 11.00 - 13.00 Hobby og håndarbeid på aktiviteten	Kl. 11.00 - 12.00 Sosial sammenkomst på aktiviteten.	Kl. 11.30 - 13.00 Ukeslutt m/vafler, kaffe, prat og quiz.
Kl. 12.15 – 13.30 Styrke- og balansetrening. Sosialt samvær etter trimmen.	Kl. 16.00 Diverse aktiviteter som gåtur, bowling, brettspill og strikking i kafeen	Kl. 11.00 - 11.45 Muntlig quiz i kafeteriaen	Kl. 12.15 – 13.00 Hverdagstrening. Vi avslutter med avspenning. (Påmelding)	
Kl. 16.00 kaffe og kake i kafeteriaen	Kl. 18.00 Kveldsmat Det blir servert hverdagssnitter	Kl. 16.00 – 18.00 Diverse aktiviteter og kaffeslabberas		
Kl. 16.30 Bingo		Kl. 18.00 Kveldsmat Det serveres gjerne noe varmt denne kvelden		
Kl. 18.00 Kveldsmat Det blir servert hverdagssnitter				

Miljøarbeiderne har lunsj fra 10.30 - 11.00 hver dag.

Arrangementer

September

- Onsdag 03.09** kl. 16.00 **Konsert "Sommer og sol med Beachboys"** med Erik og Erik.
I regi av DKV – gratis.
- Mandag 08.09** kl. 11.00 **Formiddagsmøte med andakt i den store salen i kjelleren**
Det blir kaffekos etterpå
- Onsdag 17.09** kl. 17.00 **Rekeften med trekkspillmusikk ved Frode Øyen**
De som ikke spiser reker kan bestille karbonadesmørbrød.
Drikke kjøpes separat. Billetter kr 200,- kjøpes i kafeen innen 5.09

- Torsdag 25.09 kl.13.15 Fårikålens dag**
Spis fårikål, gjett vekten på kålhodet og kanskje vinner du en premie.
- Mandag 29.09 kl.10.30 Senior Shop.** Salg av dame- og herreklær

Oktober

- Onsdag 01.10 kl.10.30 Vi feirer eldredagen med rullatordag og tilbud på bløtkake og kaffe.**
Det blir blant annet rullatorvask og rullatorløp, info fra fysioterapeut Cecilie Hauglie om riktig bruk av rullator og treningstips.
Faste aktiviteter blir avlyst denne dagen.
- Tirsdag 14.10 kl. 17.00 Hyggekveld med ost og kjeks. Underholdning ved Sandefjord Ukuleleorkester.**
Det serveres en nydelig ostetallerken. Rullekake med krem og kaffe.
Drikke kjøpes separat. Billetter kr 200,- kjøpes i kafeen innen 9.10
- Mandag 20.10 kl.11.00 Formiddagsmøte med andakt i den store salen i kjelleren.**
Det blir kaffekos etterpå.

November

- Onsdag 5.11 kl.17.00 Konsert "Et ønske"** med Anne G. Klykken og Jon Solberg.
I regi av DKV - gratis
- Torsdag 13.11 kl.11.30 Foredrag om svindel ved Sparebank1**
- Mandag 17.11 kl.11.00 Formiddagsmøte med andakt i den store salen i kjelleren.**
Det blir kaffekos etterpå
- Torsdag 20.11 kl.11.30 Foredrag om fremtidsfullmakt ved Sparebank1**
- Onsdag 26.11 kl.11.00 Julemarked**
Salg av mye godt hjemmelaget fra kjøkkenet. Mange spennende boder med salg av ulike varer. Trekning av høstens lotteri kl.11.00 i foajeen.
Middag; ribbe og medisterkake med tilbehør. Dessert; Riskrem m/rød saus.

Desember

- Rampenissen ramper hele advent**
- Onsdag 03.12 kl.17.00 Julebord med julekonsert ved Ruth Aspaas**
Det serveres tradisjonell juletallerken med dessert og kaffe.
Drikke kjøpes separat. Billetter kr.300,- kjøpes i kafeen innen 21.11.
- Fredag 12.12 kl.10.30 Luciafeiring**
Sang og underholdning ved Solvang barnehage i kafeteriaen.
Det blir servert lussekatter og kaffe.
- Mandag 15.12 kl.11.00 Formiddagsmøte med andakt i den store salen i kjelleren**
Det blir kaffekos etterpå
- Onsdag 17.12 kl.09.00 Julefrokost**
Det serveres julesnitter. Billetter kr 65,- kjøpes i kafeen innen 15.12.
- Tirsdag 23.12 kl.16.00 Julebingo med gevinster**
Det serveres 1 julesmørbrød og krumkake med krem og kaffe.
Drikke kjøpes separat. Billetter kr. 140,- innen 19.12.



Seniorsentrenes frisører

Senter	Frisør	Åpningstid	Dager	Tlf
Bugården	Ardiana Dujaka	Kl.10.00 - 15.00	Onsdag og torsdag	48 608 527
Forsmann	Ann Christin m/ fler	Kl.10.00 - 15.00	Tirs - fredag	455 05 962
Solvang	Ardiana Dujaka	Kl.10.00 - 15.00	Fredager	486 08 527
Engveien	Astri Hatjidimitriu	Kl.10.00 - 15.00	Alle dager	985 45 492
Ranvik	Katharina Hajdu	Kl.09.00 - 15.00	Tirs-, ons og torsdager	481 06 982
Framnes	Anne Marie Askjem	Kl.09.00 - 15.00	Tirsdag - fredag	984 99 399



Seniorsentrenes autoriserte fotterapeuter

Senter	Fotterapeut	Åpningstid	Dager	tlf
Bugården	Ann Karin Aasrum	Kl.08.00 - 16.00	Hverdager	923 12 106
Forsmann	Ann Helen Johansen	Kl.08.30 - 16.00	Hverdager	479 60 714
	Emily M Skalleberg	Kl.08.30 - 16.00	Mandag - torsdag	986 84 389
Solvang	Jeanette Arna	Kl.09.00 - 16.00	Hverdager	929 97 456
Ranvik	Line Skalleberg	Kl.10.00 - 15.30	Hverdager	920 84 727
Parken	Emily M Skalleberg	Kl.08.30 - 13.00	Fredager	986 84 389
Engveien	Kristine Gjerløw	Kl.09.30 - 15.30	Tirsdag - torsdag	929 95 954
Framnes	Elisabeth S. Østby	Kl.08.30 - 16.00	Hverdager	973 12 124

