



# Centerbladet

Maj 2023

Center for aktive seniorer



Grønnegade  
Centret

## GrønnegadeCentret

Grønnegade 15. 3400 Hillerød, 72 32 68 20.

gronnegadecenter@hotmail.com

Formand Annette Deleuran, 26 22 71 30. a\_deleuran@hotmail.com

Centerleder Anette Høyer, 72 32 68 21. anbh@hillerod.dk

Cafeleder Yvonne Skovgaard-Holm, 72 32 68 22. ysko@hillerod.dk

Åbningstider: mandag-torsdag kl. 9.00 -17.00, fredag kl. 9.00 -16.00

## GrønnegadeCentrets Venner:

Formand Jørgen Raymond

Mobil: 40 42 71 21

Kasserer Anna Sofie Morell

Mobil: 24 64 86 19

Bankkonto: 5064-1403923

## Centerredaktion:

Hjemmeside: [www.gronnegadecentret.dk](http://www.gronnegadecentret.dk)

**OBS! Indlæg til hjemmesiden modtages løbende, jo før jo bedre.**

*Indlæg til blad og hjemmeside, skal være i wordformat eller mailtekst og gerne med billeder (ikke billeder fra nettet). Husk dato og pris hvis det er et arrangement samt om det kun er for medlemmer.*

Indlæg til bladet skal være redaktionen i hænde **senest tirsdag den 23. maj** på e-mail: [centerredaktion@outlook.dk](mailto:centerredaktion@outlook.dk)

Ansvarshavende redaktør: Annette Deleuran

Ansvarshavende webmaster: Jytte Duus



## Informationer

Den bedste information får du ved at besøge centret samt hjemmeside, infoskærme, centerbladet og nyhedsbrev.



## Nyt fra centerlederen

Kære Alle

”Kom maj du søde milde”, bliver sunget meget i vores hus for tiden. Maj måned har fået sit navn efter den romerske gudinde Maja, der værnede om naturens fremgang og vækst. Og vækst det er der af mælkebøtter, hvor marker og enge farves gule af tusinder af mælkebøtter her i foråret. Et syn for guder og en pestilens for mange haveejere.



I juni måned bliver vores medarbejder June 60 år. June har med sit glimt i øjet og skønne grin det meste af sin arbejdstid fra kl. 11-17. June sørger for at vores hus er ordentligt og ryddeligt og hjælper i cafeen. June er



meget lyttende og imødekommende. Hun er også meget vellidt og flittig. Jeg er stolt over at June er en del af mit team. Hvis man har lyst til at komme og fejre Junes 60 års fødselsdag med kaffe og lagkage, så er alle velkommen tirsdag den 20. juni kl. 13.00.

*Anette Høyer*

## Hjælp med nye medlemmer i GrønnegadeCentret

Velkommen til alle nye medlemmer og stor tak til alle jer, som har gjort en indsats for at endnu flere kan benytte vores dejlige hus. Har I en nabo, en ven eller måske familie, som vil have glæde af at komme i GrønnegadeCentret? Er de fyldt 60 år og man får meldt en person ind i GC, vil man som tak modtage en flaske vin. Når man selv har en ny med i vores hus, så er der allerede en kontaktperson. Det er en tryk og rar måde at komme ind i et nyt hus.

*Anette Høyer*

## Nyt fra formanden



Efter en tiltrængt påskeferie har bestyrelsen holdt sit andet møde. Alle udvalgsposter er nu på plads og ser således ud:

<b>Annette Deleuran</b>	Formand for bestyrelsen og formand for kommunikationsudvalg
<b>Karsten Fog-Petersen</b>	Næstformand for bestyrelsen og formand for aktivitetsudvalget
<b>Alice Olesen</b>	Kasserer og formand for økonomi- og fondsudvalg
<b>Lone Nielsen</b>	Formand for indre og ydre miljø
<b>Kirsten Larsen</b>	Formand for arrangementsudvalg
<b>Flemming Skovbye</b>	Formand for teknikudvalg og med i daglig drift
<b>Grete Holmer</b>	Formand for sundhedsudvalg
<b>Erik Hansen</b>	1. Suppleant og formand for daglig drift
<b>Knud Bille</b>	2. suppleant og med i kommunikations-udvalg med særligt ansvar for hjemmesiden
<b>Hans Rosenkvist</b>	(ikke med i BS) bliver formand for oplysningsudvalget og refererer til <b>Knud List Larsen</b> , som er med i BS som repræsentant for Seniorrådet

Har I gode ideer, spørgsmål eller andet, så er I velkomne til at henvende jer til udvalgsformændene.

Referater fra bestyrelsesmøder kan I finde på hjemmesiden under administration. Vær opmærksom på at de kommer med en måneds forsinkelse, da de skal godkendes inden de kommer på hjemmesiden. OG på grund af en fejl kommer referatet fra møde nr. 1 først efter bestyrelsesmødet i maj.

Hillerød Kommune har åbnet for at udenbys borgere kan blive medlemmer i GrønnegadeCentret. Der er aktuelt 53 medlemmer der ikke bor i Hillerød Kommune. Bestyrelsen vil løbende følge antal og udvikling. Giver det udfordringer eller bliver antallet for stort, må vi evt. ændre på aftalen. Vi forventer at de udenbys medlemmer fortrinsvis vil være personer, der i forvejen har en eller anden tilknytning til GC. F.eks. at de er fraflyttet kommunen og gerne vil fortsætte i en aktivitet.

Har I ikke tilmeldt jer nyhedsbrevet, så gør det nu.

Jeg håber I nyder det gode forårsvejr.

*Annette Deleuran*

## Nyhedsbrevet



Lise Møller Andersen er nr. 500 der har tilmeldt sig, og har derfor modtaget en flaske vin.

*Gudrun Jessen*

## Cykeltur til Kulsvierstenen i Grib Skov

**Tirsdag den 9. maj kl. 10.00**

Tag med Jørgen Bohn på cykeltur!

Grønnegadecentrets cykelgruppe er på hjul igen med afgang fra GC hver tirsdag kl. 10.00.

Tirsdag den 9. maj inviterer vi medlemmer med på en tur i det grønne. Mød op med din cykel og deltag i dagens tur til Kulsvierstenen - det tager ca. 3 timer.

Har du ingen cykel eller er du dårlig gående har vi plads til 2 personer i centrets el-drevne cykeltaxi. Tilmelding hertil i receptionen.

*Cykelgruppen.*

## Nyt fra cafeen

Maj måned - den skønneste måned på hele året. I naturen udfolder det hele sig. Det pibler frem af jorden med skønne og smukke blomster. Alt bliver grønt, smukt og livsbekræftende.

Nyd lyset og solens stråler og kom også gerne forbi Det Glade Hjørne, hvor du kan nyde smørrebrød, småretter, kage og noget at drikke.

Hvis I er flere der ønsker at spise sammen, er I velkomne til at bestille på forhånd, hvad I ønsker. Kom og tal med os i cafeen om hvilke muligheder vi har.

Du kan på næste side, og på hjemmesiden se hvad vi tilbyder, her kan du også se priserne.

Der er også mulighed for at sende bestillinger pr. mail.: ysko@gmail.com Bestillingen er modtaget og godkendt, når du har modtaget svar tilbage.



På de varmere dage, som nu begynder at komme, er der mulighed for at sidde uden for og spise. På begge sider af huset er der borde og siddepladser. Velkommen til at benytte dette og få lidt D-vitamin sammen med kaffen.

*Yvonne Skovgaard-Holm*

## Stjernesked

**Fredag den 12. maj kl. 17.30**

Pris: **kr. 90,-** inkl. 1 glas vin eller øl/vand.

Billetter sælges løbende, slutter den 10. maj.

Al spisning er kun for centrets medlemmer.



*Brita Lyng*



## Priser – Café

### ”Det glade hjørne”

Priserne i cafeen er uændrede og prislisten ser således ud:

Anretning	35,- kr.
Smørrebrød/luksus	18,- kr./25,- kr.
Franskbrød m/ost	20,- kr.
Lagkage/tærte	25,- kr.
Wienerbrød	12,- kr.
Tørkage	20,- kr.
Frugt	10,- kr.
Salat	10,- kr.
Is	25,- kr.
Kaffe	10,- kr.
Cacao	10,- kr.
Te	10,- kr.
Rødvin/hvidvin, 25 cl	40,- kr.
Rødvin/hvidvin, 75 cl	100,- kr.
Rødvin/hvidvin, glas	25,- kr.
Øl, stærk	20,- kr.
Øl, alm./vand	15,- kr.
Snaps, 10 cl	45,- kr.
Snaps, glas	15,- kr.

*Yvonne Skovgaard-Holm*



# Operarejse Berlin/Dresden

**Fredag den 6. til tirsdag den 10. oktober 2023**

1. dag Berlin: Deutsche Opera hvor de opfører ”Aida”,  
2 – 5 dag Dresden: Semper Operaen, hvor de på 3.dagen opfører  
”Figaros Bryllup”,

Mulighed for tilkøb med opera på 3. og 4. dagen.

Berlin er en spændende by og kulturelt kraftcentrum. Inden viderekørsel på 2. dagen til Dresden skal vi på en spændende byrundtur hvor vi i den historiske bydel, ser alle de store seværdigheder.

Dresden er Sachens hovedstad, en smuk barok by, også kaldet Elbens Firenze. Dresden blev under 2. verdenskrig totalt udbombet, men er i dag genopført på allersmukkeste vis. På 3. dagen er der sejltur på Elben fra Pirna til Königstein.  
Et flot program hvor alt er inklusive.



Vi kører i 4\*luksusbuss med start fra GrønnegadeCentret. Bussen følger os på hele turen.

Er du interesseret kommer Vitus Rejser **mandag den 15. maj kl. 14.30** og informerer om turen, og hvor man samtidig kan bestille rejsen.

Bestillingsnumre udleveres i receptionen inden mødet fra **kl. 14.00**. Værelserne vil blive tildelt efter først til mølle princippet, efter de numre der er udleveret.

Pris dobbeltværelse 4\* hoteller **kr. 8999,-** inklusive 2 operabilletter.  
Tillæg enkeltværelse **kr. 1065,-**.

Yderligere information fås hos Kirsten Larsen (29 46 95 28).

*Arrangementsudvalget*



# Centerrevy



Centerrevyen havde premiere den 2. april og det var et meget ”spændende” forløb inden vi nåede så langt.

Vi kom sent i gang med at øve på grund af sygdom og mangel på lokaler at øve i.

Vi endte med en mandlig aktør og 5 på spindesiden.

Vores pianist kom til skade og kunne ikke spille for os resten af øveperioden, ej heller til revyda- genes opførsel.

Vi fandt en løsning og havde hjælp af to skønne musikalske mennesker som førte os sikkert igennem tre revydage.

Tak til alle som gjorde revyen til tre festlige og dejlige dage trods mange bump på vejen.

*Lilli Hauberg*



## GrønnegadeCentrets Venner

Har afholdt general forsamling.

Den nye bestyrelse er følgende:

- Formand Jørgen Raymund
- Næstformand Annett Toyberg
- Kasserer Anna Sofie Morell
- Bestyrelsesmedlem Inger Christensen
- Bestyrelsesmedlem Maiken Jakobsen
- Suppleant Birthe Nielsen
- Suppleant Jytte Duus

Medlemskontingent forbliver uændret på **kr. 100,-**.

*PS. Du kan stadig blive medlem, henvend dig i receptionen.*

*Jytte Duus*

## Efterlysning



GrønnegadeCentret har nu efter ca. 9 mdr. fået økonomi til ombygning af udhuset ved terrassen, til en pavillon på plads. Værkstedet efterlyser derfor frivillige medlemmer til at indgå i teamet, som skal udføre arbejdet.

Byggeperioden vil løbe i perioden medio maj til medio september 2023. Hvis du har lyst til at hjælpe til, er du velkommen til at kontakte Niels, på værkstedet eller på telefon (26 27 20 13), og melde dig som hjælper.

**Værkstedet er åbent tirsdage og onsdage kl. 09.00 – 12.00.**

Der vil blive indkaldt til planlægningsmøde inden opstart medio maj.

*Niels Lang*

## Blomsterrejse til Holland

37 af GrønnegadeCentrets medlemmer er netop kommet hjem efter en dejlig 6 dages tur til Holland.

Vi startede tidligt fra GC og nåede sidst på eftermiddagen til Zuidlaren. På turens anden dag besøgte vi Hollands Venedig – Giethoorn - hvor gaderne er erstattet af vandveje, og hvor vi fra kanalbåde beundrede de smukke huse. Vi fortsatte til Staphorst, hvor et stille religiøst liv stadig leves, og videre gennem landbrugsområdet Flevoland og langs dæmningen over Zuidersøen.

Tredjedagen gik turen til Amsterdam, hvor vi i store kanalbåde blev transporteret rundt i havneområdet, hvor vi så et udtal af flotte gavlhuse og de mange forskellige broer. Senere spadserede vi rundt i byen, spiste en frokost og foretog lidt indkøb på et kæmpestort blomstermarked.

Fjerdedagen var der udflugt til Nordsøen og mulighed for en eftermiddag for sig selv i den hyggelige by, Bergen, hvor vi også overnattede tre af rejsens dage.

Femtedag så vi blomsterparken Keukenhof, der er Europas flotteste blomsterudstilling.

Senere på dagen besøgte vi en træsko- og ostefarm, hvor vi fik forevist, hvordan de meget kendte hollandske træsko fremstilles, og hvor vi spiste en dejlig frokost og smagte mange af de oste, der blev fremstillet der.

Den sjette dag var der hjemrejse.

De fleste måltider var inkluderet i rejsens pris, og jeg tror ikke, at nogle af os på noget tidspunkt gik sultne i seng. Jeg går i hvert fald selv den næste uges tid i en lang bue uden om min badevægt.

Vi rejste med Vitus Rejser, og såvel chauffør som rejseleder bidrog til, at vi havde en hyggelig rejse. Der blev spillet musik og sunget i bussen, og chaufføren - der hele turen kørte roligt og besindigt og altid nåede bestemmelsesstedet i rette tid - havde hundredevis af vittigheder, som han løbende underholdt os med.

Tusind tak til alle, som deltog på rejsen.



*Alice Olesen*



## Hovedrengøring i vores center - sommer 2023

Igen i år er der hovedrengøring i Grønnegadecentret, samtidig med at vi får snakket og hygget.

Vi har brug hjælp følgende dage:

Tirsdag den 1. august

Onsdag den 2. august

Torsdag den 3. august

Fredag den 4. august.

Vi starter **kl. 9.00** og fordeler opgaverne mellem os.

Vi drikker kaffe **kl. 10.00**.

Vi slutter dagen af med en lille anretning **kl.12.00**.

Tilmelding sker i receptionen.

På forhånd tak for din hjælp.



*Forårs hilsner June*

**Ballroom** holder pause indtil den 7. september kl. 17.00.

*Annett Toyberg*



Vinbutikken - Hillerød

"Din lokale vinhandler"

*Vin, spiritus, the/kaffe & chokolade*

*Gavekurve*

Slotsgade 2, 3400 Hillerød

[www.vinbutikken-hillerod.dk](http://www.vinbutikken-hillerod.dk)

# Åben øver

Musik – åben øver	Dag	Tid
Grønnegade Jazzband	Torsdag den 4. maj	11-12
Grønne Evergreen	Tirsdag den 16. maj	14-15
Greenstreet Country	Torsdag den 8. juni	11-12
The Phoenix Irish Folk Band	Fredag den 9. juni	11-12
Grønnegade Jazzband	Torsdag den 15. juni	11-12
Grønne Evergreen	Tirsdag den 20. juni	14-15



## Samvær og udendørsspil

**Tirsdag 16. maj kl. 10.00-12.00.**

Kom med til en dejlig dag.

Igen i år tager vi vores udendørsspil frem og hygger os med krolf, petanque, bordtennis, ringspil, stige-golf og dart.

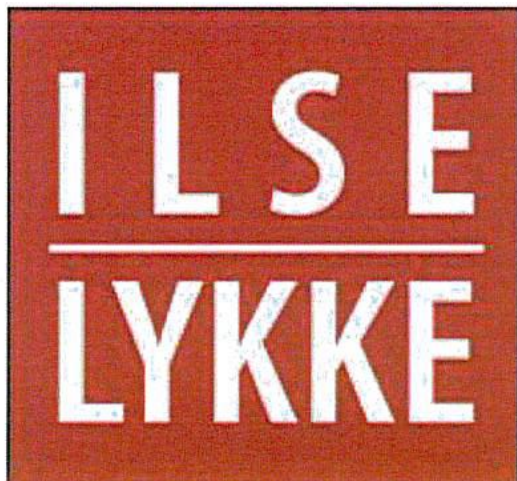
Meld dig til i receptionen så vi ved hvor mange der kommer.

Kom og deltag i sjovt samvær i solen. I tilfælde af regn trækker vi indenfor.

Vel mødt.



*Sundhedsudvalget*



KVINDELIGT & KLÆDELIGT

ØSTERGADE 6  
3200 HELSINGE  
TLF: 48 79 87 87

HOS OS FÅR DU EN  
PERSONLIG OG ÆRLIG  
BETJENING

BETTY BARCLAY  
BRANDEX  
GERRY WEBER  
MICHA  
SIGNATURE  
IN FRONT  
CISO  
GOZZIP  
POINT NEUF



## AUGUST JØRGENSEN

### ADVOKATER

En omhyggelig forberedelse af seniortilværelsen giver tryghed. Vi rådgiver om alle juridiske problemstillinger i forbindelse med, at man bliver ældre.

Det kan blandt andet være salg af fast ejendom og oprettelse af testamente. Det kan også være rådgivning om at give sine børn skattefrie gaver som supplement til testamente.

Vi er uafhængige og varetager kun klientens interesse. Navnlig i den tredje alder, er der ikke råd til at udskyde overvejelser om testamente.

Ring til advokat Lotte Borg Jørgensen for en aftale på tlf. 48 24 79 20.



# Vennerne afholder Grundlovsbrunch

**Mandag den 5. juni kl. 10.30 - 14.00**

Vi serverer en hyggelig lækker brunch, suppleret med sange fra højskolesangbogen og med Ole Nisbeth som forsanger.

2 dygtige musikere underholder samt spiller til sangene:

Kent Hansen på guitar og Gert Rathsach på klaver.

De har spillet i årets centerrevy og spiller i et jazzorkester.

**Som noget helt nyt bliver grundlovstalen holdt af:**

**Provst Jørgen Christensen, Hillerød provststi**



Endvidere har vi undervejs amerikansk lotteri, med flotte præmier.

Brunchen består af: Røræg med bacon og cocktailpølser, laks, fad med lækker pålæg, kyllingesalat, ost, frisk frugt, brød, smør, pecan wienerbrød og små tebirkes, samt juice, mælk, kaffe og te.

Pris for denne lækre Grundlovsbrunch er **kr. 150,-**.

Billetsalget starter **onsdag den 10. maj** og slutter **tirsdag den 30. maj**. Billetter bookes/købes online via hjemmesiden. Har du brug for hjælp kan du kontakte receptionen, hvor du kan betale med mobile pay eller kontant.



**GrønnegadeCentrets Venner**  
**en aktiv støtteforening**

Husk nu, når du støtter  
GrønnegadeCentrets Venner, så  
støtter du GrønnegadeCentret.

*Jytte Duus*

# KLINIK FOR FODTERAPI

STATSAUTORISEREDE FODTERAPEUTER  
Jesper Frederiksen & Trine Ritter

Åbent mandag til lørdag efter aftale.

Klinikken har ydernummer, der giver tilskudsmuligheder med lægehenvi-  
sing til diabetes, leddegigt, arvæv og nedgroede  
negle.

Handicapvenlig indgang.

Hostrupsvej 27, st th, 3400 Hillerød  
Tlf. 48 26 52 11

[www.fodklinikken-hostrupsvej.dk](http://www.fodklinikken-hostrupsvej.dk)

Klipning og oprensning af  
negle  
Svampenegle  
Nedgroede negle  
Hård hud, ligtorne,  
hælrevner  
Aflastning af nedsunken  
forfod, platfod, knyster,  
hælsporer  
Fremstilling af indlæg



Fortjener dit boligsalg en  
ambitiøs og personlig mægler?



Så kom ind i  
butikken på  
Frederiksværksgade 7  
og book en gratis  
vurdering

Eller ring på  
4824 2111

**danbolig**  
SAMARBEJDER MED NORDEA  
Frederiksværksgade 7, 3400 Hillerød



## Månedens profil Susanne Sewohl

Man møder så mange dejlige og smilende mennesker i Grønnegade-Centret, og Susanne er én af dem.

Hun voksede op i yderkanten af Karlebo på en lille gård med gæs, ænder og grise. Forældrene arbejdede begge hos Bohnsted-Petersen, så gården var en slags fritidslandbrug. Skolegangen startede på Karlebo skole, hvor alle kendte alle, og der var så få klasselokaler, så eleverne måtte skiftes til at gå i skole om formiddagen og om eftermiddagen. De som boede længst væk blev kørt i taxa, hvor man ikke tog sig så meget af hvor mange børn man stoppede ind i bilen - det var længe før bilselernes tid.



Kommunegrænsen blev flyttet, så det ikke længere var Karlebo men nu Hillerød kommune familien boede i, og Susanne flyttede til Byskolen på Carlsbergvej, hvor hun gik resten af sin skoletid.

Efter skolen skulle mange piger ”i huset” hos en familie og passe børn, gøre rent og lære hvad der var af huslige pligter. Susanne kom i huset hos en tandlæge, og fik der interessen for at blive klinikassistent. Lærepladsen blev i Fredensborg hos en skrap og krævende kvindelig tandlæge, men Susanne har ofte tænkt tilbage på hende med taknemlighed, for håndværket blev lært grundigt, og det fik hun god gavn af senere i livet.

Første job blev hos en tandlæge på Torvet, hvor de spiste mange kager og gerne sendte yngste ”mand” til bageren, men da de bad Susanne om at hente gåsebryst da sagde hun godt nok nej, for hun viste godt hvad et gåsebryst var, det sad nemlig på en gås, og hun var sikker på at de lavede sjov med hende!

*Fortsætter næste side*



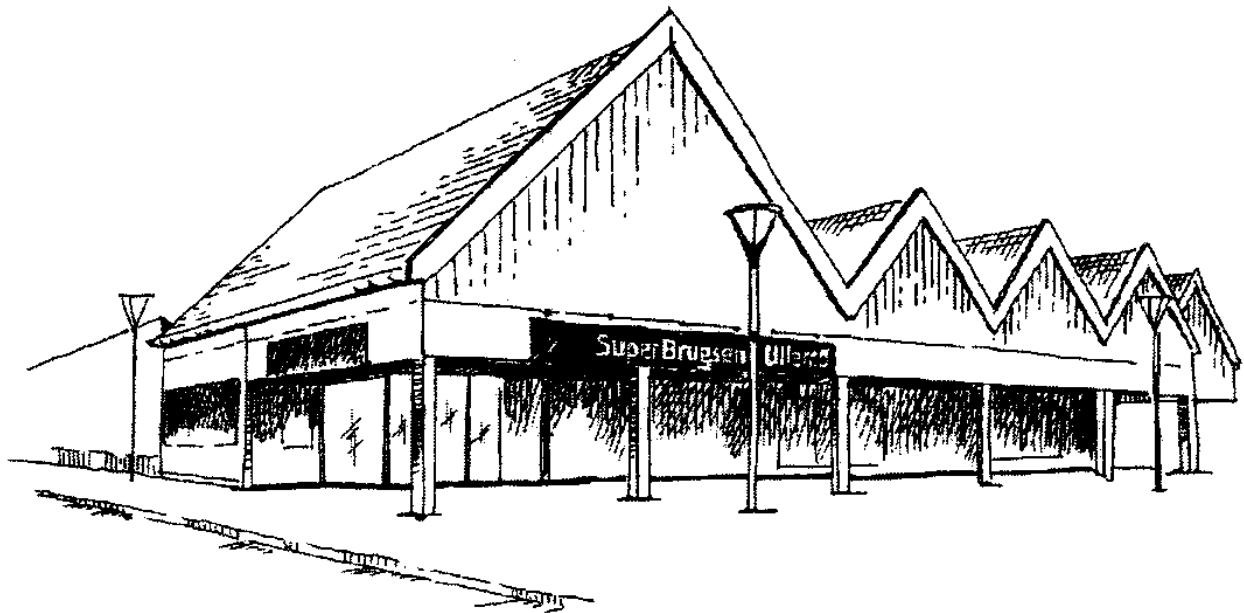
Susanne blev ansat i børnetandplejen i Søllerød kommune (senere Rundersdal kommune), et job som hun beholdt i over 40 år, så længe at hun endte med at få Dronningens Fortjenstmedalje, og var hos Dronningen til en lille hyggelig snak for at takke for udmærkelsen.

Hun mødte Torben i Ungdomsskolen, de blev kærester, giftede sig og slog sig ned i et hus i St. Lyngby. Også dengang måtte de unge familier købe hus sådan lidt ude på landet fordi et hus i byen var for dyrt. Det varede hele 20 år, før familien vendte tilbage til Hillerød, for St. Lyngby var et dejligt sted at bo og et godt sted for Naja at vokse op. Næste projekt blev at renovere et gammelt hus på Peder Mogensensvej, og selv om Torben var tømrer, tog den opgave flere år, fordi job, familie, have og alt andet også skulle passes.

Susanne mistede sin mand efter at han havde været syg i nogle år, huset blev solgt og hun flyttede i en lejlighed i de nybyggede Tækkerhuse. Datteren Naja, Jakob og deres to børn bor heldigvis tæt på, så familien er samlet så ofte som det nu kan lade sig gøre. Susanne og børnenes farmor tager hver sommer børnene med på camping, og hele familien har rejst sammen til Thailand, Vietnam og Malaysia. Næste store tur er planlagt til efteråret hvor familien rejser til Cambodia i 14 dage hvor der både skal opleves den spændende kultur, det fantastiske Tai Mahal og holdes badeferie på de skønne strande.

I GrønnegadeCentret går Susanne til motion. Det med at have et fast tidspunkt hvor man skal afsted, det er godt, men ellers har hun en lille bomuldshund som bliver luftet tre gange om dagen, så gåture og frisk luft får både hun og hunden masser af. Det kan godt være kedeligt at gå alene, så Susanne (og hunden) går både sammen med ”3400 Bevæg dig”, som er en gruppe under Diabetesforeningen og sammen med en gruppe fra Frivilligcenteret; for så kan man motionere, snakke og hygge sig samtidig og det sætter hun stor pris på. Frivilligcenteret har en strikkegruppe som Susanne kommer i, og hun blev meget inspireret af at se alle de dejlige ting der blev vist frem til GCs Åbent hus. Hun er jo en af de ”unge” ældre, som vi så gerne vil have flere af i huset, men endnu har hun ikke tid og lyst til at binde sig til flere faste ting i centeret, ud over et foredrag i ny og næ, og det lyder da bestemt også til at hendes kalender allerede er ret så fyldt, så det forstår man så godt.

*Else Flydal*



***Ullerød***

**Super Brugsen**

*Frederiksværksgade 119 ● Hillerød  
Tlf. 48 20 19 10*

***Åbningstider:***  
***Mandag – fredag kl. 06.00 -20.00***  
***Lørdag kl. 07.00 – 18.00***  
***Søndag kl. 07.00 – 18.00***

## Kalender maj

**Ferie i centret:** Lukket følgende dage (alle incl.)

Store Bededag den 5. – 7. maj.

Kristi Himmelfartsdag den 18. – 21. maj.

Pinse den 27. – 29. maj.

Dato	Dag	Aktivitet	Tid	Side
9.	Tirsdag	Cykeltur	10.00	5
10.	Onsdag	Velkomstmøde	14.00-15.00	
12.	Fredag	Stjernes kud	17.30	6
13.	Lørdag	Tovholderfest	13.00	
15.	Mandag	Infomøde / Operarejse	14.30	8
16.	Tirsdag	Samvær og udendørsspil	10.00-12-00	13
26.	Fredag	Stegt flæsk	17.30	
30.	Tirsdag	Infomøde / Motion	13.30-14.30	

