

Har du tid til overs og kan bidra som frivillig? Trenger du hjelp til noe?

Nå er det viktigere enn noen gang med en felles dugnad for å hjelpe hverandre. Kanskje du kan handle for en som er dårlig til beins, gå turer sammen med andre og besøke en som er mye alene. Bry deg og du vil garantert få minst like mye tilbake som du gir selv!

Vi har mange forskjellige oppdrag i løpet av året, som bl.a.

- Praktiske gjøremål som å måke snø, luke, bære inn ved m.m.
- Besøke noen som trenger det og kanskje gå en tur sammen
- Være besøksvert på sykehjemmene
- Følge noen som trenger bistand til sykehus, lege etc.
- Handle for noen
- Alternativ julaftenfeiring
- Være kulturvert på Kulturarena
- Være reserve besteforeldre for noen
- Delta i trim- og gågrupper
- + mye mer

Kontakt oss på Frivilligsentralen tlf. 63 85 26 80 E-post frivillig@ahk.no

Les mer om oss på vår hjemmeside: aurskog-holand.frivilligsentral.no og følg oss på facebook **Aurskog-Høland Frivilligsentral**

Takk for at du bryr deg ♥

Ha en flott høst og vinter

Endringer i oppsatt program kan forekomme

 **Livsglede!**



*Ålderdom er som årgangsvin
Den blir bedre med årene*

Program for høsten 2020

Aurskog Eldresenter

Aur Prestegård fredager 11:00-13:00
Kontakt: Brita Toverud – 980 15 094

Bjørkelangen Seniorsenter

LHL sine lokaler onsdager 11:00-14:00
Kontakt: Solveig Rørdam – 900 82 973

Hølandstreffen Løken

Hølandshallen mandager 11:00-14:00
Kontakt: Gerd Lie – 934 31 590

Hemnes Trivselssenter

Klubbhuset SHIUL tirsdager 10:00-14:00
Kontakt: Per Brandsrud – 916 28 942

Skauen Trivselssenter

Rømskog Frivilligsentral torsdager 11:00-14:00
Kontakt: Unni Ekeheien – 951 59 334



Ja til et sosialt liv

Program for Aurskog Eldresenter

September

- 4. Grete og Kjell Arne synger og spiller
- 11. Thorun Werswick kåserer om «Det norske Selskap i København»
- 18. Åpen post
- 25. Åpen post

Oktober

- 2. Hverdagskara underholder
- 9. Torbjørn Olstad forteller om Kjell Aukrust
- 16. Den Kulturelle Spaserstokken**
Tor Olsen – En mann, en stemme og en gitar
- 23. Vidar Øverby forteller om 9 april. 1940
- 30. Den Kulturelle Spaserstokken**
Geir Fagermoen og Tom Rønningsveen
Norsk på Norsk

November

- 6. Lavvogutta underholder (Åresalg)
- 13. Den Kulturelle Spaserstokken**
Johan Christer Novsjø spiller Evert Taube
- 20. Kommunedirektøren Inger Hegna besøker oss
- 27. Åpen post

Desember

- 4. Knut Martin Katla har ordet
Julelunsj

Den Kulturelle Spaserstokken

Aurskog

16. oktober



Tor Olsen

Aurskog

30. oktober



Geir Gagermoen og
Tom Rønningsveen

Aurskog

13. november



Johan Christer
Novsjø

Bjørkelangen

9. september



Kjetil og Cecilie
Skarslien

Bjørkelangen

14. oktober



Tore Halvorsen

Bjørkelangen

18. november



Jørn Areklett Omre

Hemnes

6. oktober



Odd Arne Sørensen
Hans Olav Trøen

Hemnes

3. november



Roy Lønhøiden

Hemnes

24. november



Petter Simonsen

Løken

14. september



Veslemøy Solberg
Svein Ohrvik

Løken

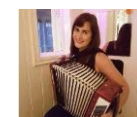
9. november



Arve Johansen
Åsmund Huser

Rømskog

29. oktober



Karin
Destainville

Rømskog

26. november



Gina
Nordby

Program for Skauen Trivselssenter

Oktober

1. Sosialt samvær
15. Quiz og utlodning
29. **Den Kulturelle Spaserstokken**
Karin Destainville Dammen
Edit Piaf på fransk

November

12. Bingo med flotte gevinster
26. **Den Kulturelle Spaserstokken**
Gina Nordby underholder

Desember

10. Juleavslutning
(NB!! Påmelding)

Den Kulturelle Spaserstokken

Aurskog-Høland KulturArena
Tirsdag 3. november kl 18.00
Billettpris kr 150,-



Program for Bjørkelangen Seniorcenter

September

2. Sesongstart med sosialt samvær
9. **Den Kulturelle Spaserstokken**
Kjetil og Cecilie Skarslien
16. Bingo
23. Torkel Nerbye underholder
30. HLF Nedre Romerike - Hørselutfordringer

Oktober

7. Wanda fra «Fem Stjerner» presenterer klær
14. **Den Kulturelle Spaserstokken**
Tore Halvorsen kommer og underholder
(NB!! Påmelding pga plasshensyn. Tlf 90082973)
21. Bingo

November

4. Steinar Tosterud kåserer
11. Tove Haugerudbråten
Margrethe Munthes liv og virke - Allsang
18. **Den Kulturelle Spaserstokken**
Naturfotograf Jørn Areklett Omre
25. Bingo

Desember

3. Sesongavslutning med Lavvogutta

Program for Hølandstreffen

September

- 7. Bjørn Sørli spiller og synger
- 14. Den Kulturelle Spaserstokken**
Veslemøy Solberg og Svein Ohrvik
Kjenne på lykka
- 21. Lavvogutta kommer og underholder
- 28. Hans Petter + Arne = Sant

Oktober

- 5. Ingars kommer og spiller
- 12. Åpen post
- 19. Rune Melby står for underholdningen
- 26. Anders Brunnes spiller og synger

November

- 2. Håkon Hauer kommer og underholder
- 9. Den Kulturelle Spaserstokken**
Arve Johansen og Åsmund Huser
- 16. Åpen post
- 23. Jim Oddwins kommer og underholder
- 30. **Stengt**

Desember

- 4. **NB fredag**
Juleavslutning med julebord
Underholdningen besørges av Bjørn Sørli
(Påmelding)

Program for Hemnes Trivselscenter

Oktober

- 6. Den Kulturelle Spaserstokken**
Odd Arne Sørensen og Hans Olav Trøen
En hyllest til Stein Ove Berg
- 13. Leif Arne Lundhagen tar oss med på sykkeltur
- 20. Dan Andersson i ord og toner
ved Hans Østeng og Kristian Fredriksen
- 27. Norges Nasjonalmaleri – Vinternatt i Rondane
malt av Harald Sohlberg.
Bjørn Varnås forteller

November

- 3. **Den Kulturelle Spaserstokken**
Roy Lønhøiden
- 10. Hørsel og hørselsutfordringer
v/Inger Helene Fagersand
- 17. Wessel og Det norske Selskab
Thorun Werswick og Arild Magnæs
- 24. Den Kulturelle Spaserstokken**
Petter Simonsen med sin store stemme

Desember

- 1. Advent, forventninger til jul
ved Steinar Tosterud
- 8. Julebord