

Sundhedsuge på Aktivitetscentrene i uge 19. For pensionister og efterlønnere i Slagelse kommune.

Onsdag den 11. maj
Kl. 10.00 - ca. 14.30

Tur til Bildsø Strand
Vi skal drikke kaffe, lave motion, spise frokost, hygge og drikke mere kaffe. Turen er for alle. Der forefindes toiletter ved pladsen. Der er kaffe, frugt, frokostbolle, sodavand, og kage med i prisen. Tilmelding til et af de 5 aktivitetscentre senest den 4. maj. Pris 65,00 kr.

Torsdag den 12. maj
Kl. 10.00

Senior Walk
Gå for en god sag og støt Sclerose Foreningen. Pris 30 kr.

Kongehavecentret
Rådmandscentret
Teglværksparken

Ruter på 1-3-5-7 km.
Ruter på 2-5 km.
Ruter på 3-5

Kongehavecentret
Rådmandscentret
Teglværksparken

Rollator rute – lille tur.
Rollator rute – ca. 1 km.
Rollator rute – ca. 1 km.

Der vil også være mulighed for at købe mad. Spørg på de enkelt centre!

Kommunens velfærdsteknologiske udstillingslejlighed kommer på besøg og viser teknologier/hjælpe midler frem.

Teglværksparken Tirsdag den 10. maj Kl. 11.00 - 14.00

Atkærcentret Torsdag den 12. maj Kl. 10.00 – 11.30

Rådmandscentret Torsdag den 12. maj Kl. 12.00 – 15.00

Midgård – Skolegade 8 – Slagelse - tlf. 53531622 - aktivitetshuset.midgaard@slagelse.dk

Tirsdag den 10. maj
Kl. 13.00

Fælles afgang mod Skovsø, en dejlig gå tur i Skovsø Naturpark med guidning af Hans Stoltz.
Mødested kl. 13.00 på Midgård – ingen tilmelding, bare mød op.

Fredag den 13. maj.
Kl. 12.45 -14.45

Syng dig sund, med Bent Nielsen – ingen tilmelding, bare mød op.



Teglværksparken - Teglværksparken 50 - Korsør - Tlf. 58 37 76 00
teglvaerksparken@slagelse.dk

Mandag d. 9.maj
Kl. 9.30- ca. 11.30

Gå Halsskov rundt i yderkanten
Vandretur på ca. 9 km
Kaffe og kage nydes ca. midtvejs
Vi mødes ved Høkeren, Teglværksparken
Tilmelding ikke nødvendig.

Tirsdag d. 10. maj
kl. 11.00-14.00:

KOM OG PRØV EN EL-CYKEL i samarbejde med Cykel-Centret i Korsør
Ingen tilmelding

Rådmandscentret – Rådmandshaven 1 – Skælskør – tlf. 58194686
raadmandscentret@slagelse.dk

Tirsdag den 10. maj
kl. 13.00

Gåtur på Fodsporet ca. 5 km
Vi går fra Rådmandscenteret mod Dalmose og fra Atkærcenteret mod Skælskør. Mødes på ½ vejen og drikke en kop kaffe. Der vil være mulighed for transport hjem. Deltager pris 16,00 kr. Tilmelding senest den 10. maj om formiddagen til Rådmandscentret.

Fredag den 13. maj
Kl. 9.30-12.30

Olympiade med mange forskellige sjove discipliner. ALLE kan være med.
Foregår ude eller inde alt efter vejret!
Fælles afslutning med uddeling af diplomer og fælles spisning.
Tilmelding senest den 12. maj. Pris 35,- kr. for spisning.

Atkærcenteret – Atkærvænget 27 – Dalmose – Tlf. 58573220 - atkaercentret@slagelse.dk

Tirsdag den 10. maj
Kl. 13.00

Gåtur på Fodsporet ca. 5 km
Vi går fra Atkærcenteret mod Skælskør og fra Rådmandscenteret mod Dalmose. Mødes på ½ vejen og drikke en kop kaffe. Der vil være mulighed for transport hjem. Deltager pris 16,00 kr. Tilmelding senest den 10. maj om formiddagen til Atkærcenteret.

Torsdag den 10. maj
kl. 9.00 – 15.00

Få et gratis tjek af dine fødder,
få af vide om de trænger til videre behandling, ved fodterapeut Sanna Bayat.
Ingen tidsbestilling, bare mød op!

Kongehavecentret - Svendsgade 102 – Slagelse - Tlf. 58 50 12 20 – vipet@slagelse.dk

Mandag 9. maj
Kl. 9.30-10.30

Stolegymnastik

Fredag 13. maj
Kl. 9.00-10.00

Zumba

Der foregår meget mere på hver enkelt aktivitetscenter, tjek - aktivitetscentre.slagelse.dk, hvis du har lyst til at deltage i mere.