

A-huset Byvejen 14 i Nivå

Det sker i april 24'

A-huset er et aktivitets og værested til dig over 18 år, som har en psykisk eller social sårbarhed, og ønsker at være en del af et fællesskab, med mulighed for at deltage i vores forskellige tilbud og aktiviteter. Vi har base på Byvejen 14 i Nivå, men har også aktiviteter en række andre steder i kommunen. Vil du vide mere om A-huset eller har du spørgsmål til vores forskellige tilbud og aktiviteter så kontakt faglig koordinator Mads Jørgensen på tlf: 40 81 28 48
Månedsprogrammet for A-huset kan også findes under Fredensborg kommunes hjemmeside.

Hver uge i april

Mandag

Gåtur i lokalområdet kl 11.30

NADA kl 11-12

Frokost i A-huset kl 12.30 – Smørrebrød 25 kr

Aftensmad i A-huset kl 17.30 – Varm mad 35 kr

Tirsdag

Kreativ cafe (hele dagen)

Grundtræning med Lise i fitnessrummet kl 11

Gåtur i lokalområdet kl 14

Frokost i A-huset kl 12.30 – Varm mad 35 kr

Onsdag

Ungegruppen 12.30-14.30

Torsdag

NADA kl 12.30-13.30

Cirkeltræning med Jeanelle i fitnessrummet kl 11

Frokost i A-huset kl 12.30 – Varm mad 35 kr

Gåtur i lokalområdet kl 13.30

Havegruppen (hele dagen)

Fredag

Brunch i A-huset kl 12 – Pris 25 kr

Særlige aktiviteter/informationer

Fredag d 5 april går vores månedlige fredagstur til Monkey World i Hillerød.

Vi åbner i A-huset kl 10 hvor vi drikker en kop kaffe/the inden vi kører mod Hillerød kl 10.30.

Vi pakker lidt sandwich til udflugten og drikkevarer kan man købe på stedet eller tage med hjemme fra. Entre pris er 120 kr og er retur senest kl 14.30.

A-huset har lukket på dagen når vi kører herfra kl 10.30.

Tilmelding i A-huset.

Torsdag d 4 april kl 11-12 starter vi et 10 ugers forløb op med cirkeltræning i vores træningsrum på Byvejen. Træningen vil være en kombination af puls og styrketræning. Der vil være et max på 8 deltagere pr gang.

Kom og hver med ☺

Vi afholder brugermøde i A-huset torsdag d 25 april kl 14. Her drøfter vi relevante punkter fra både brugere og personale. Alle er velkomne.

Personlig administration mandag d 8 april og 22 april kl 13.30. Liste for tilmelding i A-huset.

Hjælp til e-boks, skat, regninger osv ved pensioneret sagsbehandler Birgitte.

Vi holder åbent i A-huset:

Mandag: 10-19.30

Tirsdag: 10-16

Onsdag: 12.30-14.30 (Ungegruppen)

Torsdag: 10-16

Fredag: 10-14.30



