

[Klik her for at vise indholdet i din browser](#)



Februar 2024

Kære alle

Vi er kommet godt i gang med 2024 her i Netværket 58+ og har fået planlagt en masse dejlige fællesskabsaktiviteter, inspirationsture og inspirerende dage på Folkestedet og ude i byen. 😊

Læs mere om, hvad der sker i februar og marts nedenfor.

Vi glæder til at se jer! ❤️

## Hver uge



### **HYGGE OG SNAK I CAFÉ 58+ HVER TORSDAG KL. 14.00 - 16.00** ☕

Hver torsdag mødes vi i vores hyggelige netværkscafe på Folkestedet.

Nina og Anne Vibeke er blevet værter for vores ugentlige cafe. Kom og nyd en kop kaffe, få gode snakke og måske hør om mulighederne på Folkestedet og i byen.

Tilmelding er ikke nødvendig, så kig bare forbi og vær med! 😊

## FÅ SENIORVEJLEDNING PÅ RISSKOV BIBLIOTEK HVER TIRSDAG KL. 11.00 - 12.00

Udforsk seniorlivet med Seniorvejlederne Vibeke og Bogumila.  
Kom forbi til en kop kaffe og en hyggelig samtale på Risskov biblioteket. 😊

## VIBY BIBLIOTEK HVER TORSDAG FRA KL. 15.00-16.00 FRA UGE 8

Fra uge 8 bliver der hver torsdag fra kl. 15.00-16.00 mulighed for at møde Joanna, Hanne eller Connie, som på Viby bibliotek er værter for hyggelig samtale og vejledning omkring seniorlivet.

Vores vejledning er gratis og tilpasset dig.

Kan du ikke nå det i de ovenfor nævnte tidsrum, kan du ringe på: 24 27 23 11 eller skriv til: [netvaerket58@mso.aarhus.dk](mailto:netvaerket58@mso.aarhus.dk)

# Februar



## MORGEN-FÆLLESSANG

**Fredag d. 2. februar kl. 10.00 - 10.30**

Kig forbi til fællessang på fredag. Der er gratis kaffe og billige boller. 🍷🍰  
Der er ingen tilmelding.

Vi glæder os til at synge med dig! ❤️



## FORMIDDAGS BIOGRAFTUR MED RUNDSTYKKER 🎬

**Mandag den 5. februar kl. 9.30 - 12.45**

Kl. 9.30 starter vi med kaffe og rundstykker

Kl.10.15 begynder filmen

Vi skal ind og se 'Farven Lilla', der er en filmatisering af Broadway-musicalen baseret på Alice Walkers litterære klassiker af samme navn fra 1982.

Pris: kr. 95,- inklusive kaffe og rundstykker.

Køb billet

Psst... går du med et ønske om at danne en lille biografklub? Så giv os besked og vi kan hjælpe dig med at lave en klub.



## FÆLLESSPISNINGER PÅ FOLKESTEDET FOR ALLE ALDRE (FRA 18 ÅR)

Vi kører videre med fællesspisninger i 2024 - hver måned både til frokost og aften.

### Frokost-fællesspisning

Folkestedets frokostfællesspisning er altid den første onsdag i måneden - og næste gang er d. 7. februar kl. 12.00. Det koster kr. 65,- at spise med.

Tilmeld dig ved Anja på mail: [folkestedet@mso.aarhus.dk](mailto:folkestedet@mso.aarhus.dk) senest d. 3. februar.

### Aften-fællesspisning

Onsdag d. 21. februar kl. 18.00 med temaet mexicansk mad. Det koster kr. 75,-

Du kan tilmelde dig og betale [HER](#) senest fredag den 16. februar kl. 12.00.

Vi starter kl. 17.00 med fællessang og derefter vil I få anvist en plads, så der bliver mulighed for at møde nye mennesker.



## ET AKTIVT LIV MED KNOGLESKØRHED - TABUER OG LIVSKVALITET

Torsdag d. 22. februar kl. 16.00 - 18.00

Kom og hør pilates instruktør AnnBett Kirkebæks personlige og åbenhjertige fortælling om livet med mange brud og rygsammenfald og bliv klogere på, hvordan man stadig kan leve et aktivt liv til trods for knogleskørhed. 😊

Arrangementet er gratis. Læs mere [her](#)



## TUR TIL FRIVILLIGCENTER AARHUS

**Mandag den 26. februar kl. 15.30 - 17.00**

Vi skal høre om frivilligcenterets mange spændende tilbud og aktiviteter målrettet borgere, frivillige, foreninger og kommunen.

Vi mødes og går fra Folkestedet kl. 15.00 og kl. 15.30 ankommer vi til frivilligcentret. Tilmelding efter først-til mølleprincippet til: [netvaerket58@mso.aarhus.dk](mailto:netvaerket58@mso.aarhus.dk)

Læs mere om frivilligcenter Aarhus [HER](#)



## LÆR SPANSK - FÆLLESSKAB

Kom og lær mere spansk - vi hjælper hinanden.

Kunne du tænke dig at blive en del af et lær-spansk fællesskab, hvor vi både lærer spanske gloser og udveksler rejseoplevelser og drømme for rejser til spansktalende destinationer?

Vi planlægger indholdet sammen. Ex. hører eller ser nogle gode YouTube videoer som understøtter det vi læser. Jeg vil gerne lave en struktur til de første to gange, den tredje gang kan vi så evaluere og se hvad, vi gør fremadrettet.

Lidt om mig: Jeg hedder Hanne og er 61 år, jeg har gået til spansk ved AOF i 4 sæsoner. I stedet for flere kurser, leder jeg efter 5-8 personer, der vil være med til at mødes ugentligt og læse sammen.

Jeg regner med at det bliver torsdage fra kl. 13.00 - 15.00 på Folkestedet fra uge 8.

Er du interesseret? Skriv til Hanne Jakobsen på: [hanne.preben.jakobsen@gmail.com](mailto:hanne.preben.jakobsen@gmail.com)

# Marts

## 'JEG ER GLAD FOR AT BO ALENE, MEEN IKKE ALTID'

**Tirsdag d. 5. marts kl. 16.00 - 19.00 på Folkestedet med samtalesalon og tapas**

Andelen af voksne der bor alene, er stigende i befolkningen – nogle vælger det selv, andre er mere ufrivilligt blevet alene. I netværket 58+ møder vi mange der bor alene; nogle er tilfredse, mens andre indimellem eller ofte oplever, at det er svært. Uanset oplevelse kan det være rart at møde andre, der bor alene.

Igennem samtalesalon og fælles drøftelse skal vi udforske emnet 'at bo alene' – hvad er det gode ved at være sig selv, hvornår kan det være svært og hvad kan man selv gøre?

Pris kr. 100,-

Køb billet

## FÆLLESSPISNING PÅ FOLKESTEDET FOR ALLE ALDRE (FRA 18 år)

**Frokost-fællesspisning onsdag d. 6. marts kl. 12.00**

Tilmelding og betaling i cafeen.

Pris kr. 65,-

**Aften-fællesspisning tirsdag d. 12. marts kl. 18.00**

Tilmelding og betaling (mere info i næste nyhedsbrev)

Pris kr. 75,-

Vi starter kl. 17.00 med fællessang og derefter vil I få anvist en plads, så der bliver mulighed for at møde nye mennesker.



## SHU-BI-DUA MED FÆLLESSANG OG SPISNING

**Torsdag d. 21. marts kl. 19.00**

Lad os markere de 50 år og hædre Shu-bi-dua med en aften, hvor vi sammen synger af fuld hals.

Lad os følge den røde tråd gennem Shu-bi-dua's musikunivers - fra Fed Rock, forbi Livets pølse og små og store dyr til knudemænd og Stærk Tobak. Der vil være sange om klima og sexchikane, alpetoppe og dans og meget, meget andet...

Vores søde seniorvejledere fra Netværket 58+ tager godt imod, så tøv ikke, hvis du kommer alene. 😊

Køb billet

### ØNSKER DU SENIORVEJLEDNING?

Vores erfarne, frivillige vejledere er selv over 58 år og kan give dig uvildig rådgivning om seniorlivet. Vi tilbyder også gruppevejledning.

Ring til os på: 24 27 23 11 📞

### HAR DU LYST TIL AT VÆRE EN DEL AF ET OPLEVELSESFÆLLESSKAB I LOKALOMRÅDET?

I foråret 2023 startede vi et oplevelsesfællesskab op for 58+ er i Aarhus Syd. Det var et samarbejde mellem vores dygtige seniorvejledere, bibliotekerne og Folkehusene. Fællesskabet mødtes om forskellige oplevelser i Ved sommerafslutningen var de alle enige om at de rigtig gerne vil forsætte og være med til at planlægge nye dejlige oplevelser sammen.

Vil du også være en del af oplevelsesfællesskabet i Aarhus Syd? Så kontakt Maria Grønnebæk på tlf.: 61 92 90 03 eller e-mail: [mgla@aarhus.dk](mailto:mgla@aarhus.dk) eller læs mere [HER](#)

Eller er du interesseret i et fællesskab i dit lokalområde så skriv til: [netvaerket58@mso.aarhus.dk](mailto:netvaerket58@mso.aarhus.dk)

Mange af vores arrangementer sker i samarbejde med vores egen husforening Folkestedets Venner – billetter købes derfor igennem dem.

Har du spørgsmål så skriv til: [netvaerket58@mso.aarhus.dk](mailto:netvaerket58@mso.aarhus.dk)

De bedste hilsner

Konny og Trine, Netværket 58+ ❤️

*Copyright © 2023, Netværket 58+, All rights reserved.*  
Du modtager denne e-mail, fordi du er registreret i vores system.

**Netværket 58+**  
Folkestedet  
Carl Blochs Gade 28  
8000 Aarhus C

Tlf.: 41 86 44 00  
E-mail: [netvaerket58@mso.aarhus.dk](mailto:netvaerket58@mso.aarhus.dk)

[Følg med på Facebook](#)

**Netværket 58+**

Denne mail er sendt på vegne af Netværket 58+. [Afmeld dig her](#)