

På Sporet – August 2025

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
				1. 10-14:30: Drop in med Henriette og Julie Frokost ca. kl. 12	2.	3.
4. 14-18: Drop in med Julie Mandagshøjskole: 14-17 Sommerhygge og spil	5.	6. 12.15-13.30: Litteraturgruppe	7. 12.45-13.45: NADA-cafe 13-16: Plastikposefrit Rudersdal 14-19: Drop in med Sussie og Julie med aftensmad ca. kl.18: Grill m. forskelligt tilbehør	8. LUKKET	9.	10.
11. 10-14:30: Drop in med Julie med Michelle. Frokost ca. kl. 12 OBS ændret drop in-tid	12.	13. 12.15-13.30: Litteraturgruppe	14. 12.45-13.45: NADA-cafe 13-16: Plastikposefrit Rudersdal 14-19: Drop in med Sussie og Michelle med aftensmad ca. kl.18: Månedens fisk m. forskelligt tilbehør	15. 10-14:30: Drop in med Sussie og Julie Frokost ca. kl. 12	16.	17.
18. 12.45-13.45: NADA-cafe 14-17: Drop in med Henriette og Julie Mandagshøjskole: 14:30-17:30 Bullet-journal m. June	19. 16-20 Sammen mod ensomhed	20. 12.15-13.30: Litteraturgruppe	21. 13-16: Plastikposefrit Rudersdal 14-19: Drop in med Sussie og Michelle med aftensmad ca. kl. 18: Grill m. forskelligt tilbehør	22. 10-14:30: Drop in med Michelle og Julie Frokost ca. kl. 12	23.	24.
25. 14-18: Drop in med Henriette og Julie Mandagshøjskole: 15-16: Besøg fra Frivilligcentret	26.	27. 12.15-13.30: Litteraturgruppe	28. 12.45-13.45: NADA-cafe 13-16: Plastikposefrit Rudersdal LUKKET FOR DROP IN	29. 10-14:30: Drop in med Henriette og Julie Frokost ca. kl. 12	30.	31.

Mandagshøjskole i august

4/8 kl. 14-17: Sommerhygge og spil

Vi finder forskellige spil frem i huset, både ude og inde (hvis vejret er til det). Kom endelig forbi og hyg med.

18/8 kl. 14:30-17:30: Bullet-journal m. June

Vores kollega June kommer endnu engang og viser, hvordan man kan bruge en bullet-journal, som en personlig planlægningsmetode, der kan være både sjov og kreativ. Det vil være muligt at købe en notesbog af June til 20 kr. hvis ikke du allerede har en bog du kan bruge. Se den særskilte invitation for mere info og tilmelding.

25/8 kl. 15-16: Besøg fra Frivilligcentret.

I dag får vi besøg fra Frivilligcenter Rudersdal. Hør med ganske uforpligtende, når de fortæller om efterårets selvhjælpsgrupper, individuelle tilbud som fx coaching og økonomisk rådgivning samt planlagte arrangementer. Tilmelding er ikke nødvendig.

Andre aktiviteter

Sammen mod ensomhed

Tirsdag d. 19. august kl. 16-20

I år står vi igen sammen mod ensomhed, som desværre er noget rigtigt mange oplever. Det gør vi med et arrangement hos os På Sporet sammen med nogle af vores mange gode samarbejdspartnere med Frivilligcenter Rudersdal i spidsen.

Aftenen står på fortællekoncert ved Mathilde Falck, Social Talks med bud på, hvordan vi kan

bekæmpe ensomhed, samt skøn syrisk mad fra Cafe BIC.

Det er gratis at deltage, men der er et begrænset antal deltagere, så tøv ikke for længe med at tilmelde dig. På Sporet har reserveret et antal billetter. Kontakt Julie på 72683428, hvis du gerne vil have en af disse. Du kan også selv tilmelde dig via link i særskilt invitation eller få vores hjælp til det!

Studerende og elever På Sporet

Pædagogstuderende: Pt. ingen studerende

Ergoterapeutstuderende: Pt. ingen studerende

Social-og sundhedsassistentelever: Eleverne deltager typisk et par dage i drop-in, og er ellers tilknyttet den individuelle socialpædagogiske støtte.

Praktisk

Fællesspisning

Vi hjælpes med indkøb, madlavning og opvask.

Sodavand 7 kr.

Aftensmad 40 kr.

Tilmelding senest kl.14.30

Frokost 30 kr. Tilmelding senest kl. 10.30

Framelder du dig spising efter de to tilmeldingstidspunkter, skal du alligevel betale fuld pris for måltidet.

OBS! Det er desværre ikke muligt at betale med kontanter hos os. I stedet kan man betale med mobilepay eller købe klippekort som betales via indbetalingskort.

Deadline for ting til nyhedsbrev

Ting til nyhedsbrev midt i august sendes senest d. 13/8 til jgje@rudersdal.dk og ting til

udsendelse sammen med septemberkalender sendes senest d. 25/8 også til: jgje@rudersdal.dk

Kontaktoplysninger

På Sporet- Huset for Fællesskaber og udvikling
Rønnebærvej 19, 2840 Holte
Husnummer: 72683609 (Brug altid dette nummer til madtilmelding. Læg besked, hvis vi ikke tager den).

Andre henvendelser kan også ske til
Henriette på 72683363 og Julie på 72683428.
Mobilepay-nummer: 511144

Se mere om På Sporet på:

www.paasporet.rudersdal.dk

Find os på Facebook:

[link til på Sporets facebookside](#)

samt på Instagram:

[link til på Sporets instagramprofil](#)

Kh Alle os På Sporet