

På Sporet – februar 2026

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
						1.
2. 12.45-13.45: NADA-cafe 14-18: Drop in med Julie Mandagshøjskole: 15-16 besøg fra frivilligcentret	3. 11.30- ca. 15.00: Tur til Arboretet for tilmeldte. Afgang fra På Sporet kl. 11.30. Retur ca. kl. 15.	4. 12.15-13.30: Litteraturgruppe	5. 12.45-13.45: NADA-cafe 13-16: Plastikposefrit Rudersdal 14-19: Drop in med Sussie og Michelle. Aftensmad: Månedens fisk 15-16: Åbent Brugerrådsmøde	6. 10-14:30: Drop in med Julie Frokost ca. kl. 12	7.	8.
9. 12.45-13.45: NADA-cafe OBS: Ændret til en frokost-drop-in! 10-14:30: Drop in med Julie Frokost ca. kl. 12	10.	11. 12.15-13.30: Litteraturgruppe	12. 12.45-13.45: NADA-café 13-16: Plastikposefrit Rudersdal 14-19: Drop in med Sussie og Michelle. Aftensmad: Hjemmelavede pizzaer	13. 10-14:30: Drop in med Henriette Frokost ca. kl. 12	14.	15.
16. 12.45-13.45: NADA-café OBS ingen drop in Mandagshøjskole: 15-ca. 20 Lysfestival i København	17.	18. 12.15-13.30: Litteraturgruppe	19. 12.45-13.45: NADA-café 13-16: Plastikposefrit Rudersdal 14-19: Drop in med Sussie og Michelle. Aftensmad: Forloren hare med forskelligt tilbehør	20. 10-14:30: Drop in med Henriette og Julie Frokost ca. kl. 12 13:30 Hjemmelavede fastelavnsboller	21.	22.
23. 12.45-13.45: NADA-café 14-18: Drop in med Julie og Henriette Mandagshøjskole: 15-16 Introduktion til IBG – husets interaktive borgerguide	24.	25. 12.15-13.30: Litteraturgruppe	26. 12.45-13.45: NADA-café 13-16: Plastikposefrit Rudersdal 14-19: Drop in med Sussie og Michelle. Aftensmad: Krydret kikærtegyde med nanbrød	27. 10-14:30: Drop in med Henriette og Julie Frokost ca. kl. 12	28.	

Mandagshøjskole i februar

2/2 kl. 15-16

Besøg fra Frivilligcentret

I dag får vi besøg af Mette fra Frivilligcentret, der kommer og fortæller os om forårets tilbud, selvhjælpsgrupper og aktiviteter. Alle er velkomne og tilmelding er ikke nødvendig.

16/2 kl. 15- ca. 20

Lysfestival i Kbh.

Har du nogensinde været til Lysfestival i København? Hvis ikke, så har du nu muligheden for, at tage med, når vi drager mod hovedstaden og oplever de mange flotte lysinstallationer der lyser byen op. Vi går en planlagt rute, med et cafestop undervejs og dagen afsluttes med aftensmad på en af Københavns hyggelige spisesteder. Se mere om info og tilmelding på den særskilte invitation.

23/2 kl. 15-16

Introduktion til IBG – husets interaktive borgerguide

Det er nemt at være med! Kom og:

- Få en profil og download appen, så du altid har overblik over aktiviteter, nemt kan tilmelde dig spisning og meget mere....
- Få opfrisket hvor nemt det er, hvis det er længe siden, du har brugt IBG.
- Få hjælp hvis noget driller
- Se hvordan du på IBG kan være med i en gruppe sammen med andre borgere fra På Sporet, hvor I kan skrive sammen, planlægge fester mm.

IBG er for mange et trygt alternativ til de store sociale medier som fx Facebook, da det er et

lukket system kun for de borgere og medarbejdere, der har fået oprettet en profil! De andre borgere kan ikke se dine private oplysninger!.

Tilmelding er ikke nødvendig. Du dukker bare op 😊

Andre aktiviteter

3. februar kl. 11.30 - ca. 15.00

Tur til Arboretet

Tur til Arboretet i Hørsholm, som året rundt byder på fine naturoplevelser.

Turleder er Aksel Jørgensen.

Tilmelding senest 29/1 til Michelle på tlf. 72683420.

Mulighed for kørsel med minibussen, hvor pladserne fordeles "først til mølle".

Afgang fra På Sporet kl. 11.30.

Det er også muligt at støde til ved Arboretet.

Se nærmere om turen på opslag

Åbent brugerrådsmøde

Torsdag d. 5/2 kl. 15-16

Kom og vær med, når der er åbent brugerrådsmøde her På Sporet. Alle er velkomne og tilmelding er ikke nødvendig.

Studerende og elever På Sporet

Pædagogstuderende: I december kom en ny pædagogstuderende, som er i praktik i 6 måneder -primært tilknyttet På Sporet.

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

Deadline for ting til nyhedsbrev

Ting til nyhedsbrev midt i februar sendes senest d. 12/2 til hemo@rudersdal.dk. Ting til udsendelse sammen med marts-kalender sendes senest d. 23/2 til: jgie@rudersdal.dk

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 spisning 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.

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