



Program Høsten 2026 Senior-/Trivselsentre

Formålet for sentrene er sosialt samvær, kulturelle opplevelser og stimulerende aktiviteter. Det bygger på frivillig innsats, og alle sentrene har eget styre. Det krever ikke medlemskap.

Sentrene er åpne for alle innbyggere i kommunen!



✉ Frivillig@ahk.no

☎ 63 85 26 80

🌐 aurskog-holand.frivilligsentral.no

Aurskog Eldresenter

August

14. Grethe og Kjell – synger og spiller
21. Tove Haugerudbråten – HV leiren Bjørkelangen
28. Bingo

September

4. Dissa To underholder
11. Tur til Hadeland Glassverk – Påmelding
18. **Den Kulturelle Spaserstokken**
Vie og Haugen – ABBA og Melodi Grand Prix
25. Sissel Kvambe – Viser og humor på blå resept

Oktober

2. Lasse Bangfield – spiller og synger
9. Anne Charlotte Fremmegård underholder
16. Anne og Vidar – spiller og synger
23. Bra Kara underholder
30. Tommy Johansen – synger og spiller

November

6. Knut Magne Ellingsen – Lev livet levende
13. Bingo
20. **Den Kulturelle Spaserstokken**
Hans Olav Trøen og Odd Arne Sørensen - Juleunderholdning
27. Egil Øiseth underholder

Desember

4. Julelunsj – Påmelding (Loddsalg)

Aurskog Eldresenter

Aur Prestegård (det gule huset) fredager kl. 11.00 – 13.00
(underholdning fra kl. 12.00)

Kontakt: Else Linnerud – 928 29 797

Bjørkelangen Seniorsenter

August

18. Informasjon om høstens program - Besøk fra Frivilligsentralen
26. Lunsj på Sanngrund – Kåre Tvetter Galleri Lyshuset på Skarnes

September

2. Steinar Tosterud – Har med trekkspillet
9. **Den Kulturelle Spaserstokken**
Musikkgalleriet – Stjernedryss fra filmens verden (loddsalg)
16. Helse og kosthold ved Thea Amalie Bergvatn,
klinisk ernæringsfysiolog sektor helse
23. Bingo/Gym/Annet
30. Grethe Halvorsrud og Kjell Dammen

Oktober

7. Bente Wallander – Gleden ved å fotografere
14. Roar Engelberg - Panfløyte
21. Bingo/Gym/Annet
28. **Den Kulturelle Spaserstokken**
Bill Booth – Americana, Country (loddsalg)

November

4. Norske Kvinners Sanitetsforening 130 år – Fokus på Bjørkelangen sanitetsforening ved Tove Haugerudbråten
11. Åpen post
18. Eilev Øverbø - Trekkspill
25. Bingo/Gym/Annet

Desember

2. Jul i gamledager
9. Julemiddag på Big Dream – Program senere

Bjørkelangen Seniorsenter

LHL sine lokaler onsdager kl. 11.00 – 14.00
(underholdning kl. 12.30)

Kontakt: Solveig Rørdam – 900 82 973

Hemnes Trivselssenter

August

25. Torkel Nerbye spiller og synger

September

1. **Den Kulturelle Spaserstokken**
Trygve Ingebretsen – Trekkspill (loddsalg)
8. Leif Stillingen – Filmtur med Hurtigruta
15. Dissa To underholder (loddsalg)
22. Odd Georg Murud – Hans Børli og Vidar Sandbeck i ord og to
29. Lasse Bangfield underholder (loddsalg)

Oktober

6. Christine Haneborg fra HS bank forteller om svindel
13. Wescopen
19. Roar Engelberg med panfløyte
27. **Den Kulturelle Spaserstokken**
Bill Booth – Americana, Country (loddsalg)

November

3. Rune Melby spiller og synger
10. Anne Charlotte Fremmegård underholder (loddsalg)
17. Arild Madsen – gitar og allsang
24. Minimesse – Bråtans underholder

Desember

1. Bjørn Skogstad og Dag Lindbeck underholder
8. Julebord med Dissa To (NB! kl 16.00 – 20.30) Bindende påmelding

Hemnes Trivselssenter

Klubbhuset SHIUL tirsdager kl. 10.00 – 14.00

(underholdning fra kl. 12.30)

Kontakt: Bjørg Karin Haug – 901 54 980

Hølandstreffen

August

- 24. Dissa To underholder (loddsalg)
- 31. **Den Kulturelle Spaserstokken**
Trygve Ingebretsen - Trekkspill

September

- 7. Rolf Krosby spiller og synger (loddsalg)
- 14. Tommy Johansen underholder
- 20. Roger'n underholder (loddsalg)
- 28. Lasse Bangfield spiller og synger

Oktober

- 5. Egil Øiseth underholder (loddsalg)
- 12. Wescopen spiller
- 19. Torkel Cato Nerbye spiller og synger (loddsalg)
- 26. **Den Kulturelle Spaserstokken**
Bill Booth – Americana, Country

November

- 2. Rolf Krosby underholder (loddsalg)
- 9. Anne og Vidar spiller og synger
- 16. Tommy Johansen underholder (loddsalg)
- 23. Egil Øiseth underholder
- 30. Torkel Nerbye spiller og synger (loddsalg)

Desember

- 7. Julelunsj – Dissa To underholder

Hølandstreffen Løken

Hølandshallen mandager kl. 11.00 – 14.00

(underholdning fra kl. 12.30)

Kontakt: Bjørn Sørli – 918 53 405

Skauen Trivselssenter

September

3. Hans Petter og Arne underholder (Setskog)
17. **Den Kulturelle Spaserstokken**
Vie & Haugen – ABBA og Melodi Grand prix (Rømskog)

Oktober

1. Lasse Bangfield underholder (Setskog)
15. **Den Kulturelle Spaserstokken**
Oslo Step Crew – Stepping til musikk (Rømskog)
“In the Mood for Tap”
29. Anders Brunnes underholder (Setskog)

November

12. Dissa To underholder (Setskog)
26. Julebord – Anne og Vidar underholder (Påmelding) (Rømskog)

Skauen Trivselssenter (partallsuker)

Rømskog:

Gamle Spisesalen på “Kommunehuset” torsdager kl. 11.00 - 14.00
(underholdning fra kl. 12.30)

Setskog:

Klubbhuset torsdager kl. 11.00 – 14.00 (underholdning fra kl. 12.30)

Kontakt: Nina Hellebakken – 976 89 243

Setskog Seniorklubb

- | | |
|--------------|---------------------------|
| 11. August | Lavvogutta |
| 8. September | Quick Time Duo |
| 13. Oktober | Torkel Cato Nerbye |
| 10. November | Lasse Bangfield |
| 11. Desember | Bjørn Widars (NB! Fredag) |

Setskog Seniorklubb

Setskog samfunnshus tirsdager kl. 18.00 – 21.00

Kontakt: Bjørg Wendela Ruud – 483 06 861

Andre aktiviteter for seniorer

Netthjelp etter avtale

Her kan du få hjelp med hva pc, nettbrett eller smarttelefon måtte by på av problemer for deg. Her får man en til en hjelp og det er gratis.

Turgrupper

Hver tirsdag kl. 10.50 møter gå-gruppa på Aursmoen opp på frivilligsentralen. Denne gruppen er for alle i middels god form som vil gå 2-3 km eller mer. Turen avsluttes på frivilligsentralen med kaffe og vaffel.

Hver onsdag så har turgruppa 50+ oppmøte kl. 9.45 på frivilligsentralen på Bjørkelangen. Her starter man opp med en kaffe/tekopp før felles avreise (samkjøring) til utgangspunktet for dagens gåtur.

Litt om våre seniorsentre/trivselssentre.

Sentrene er åpne for alle innbyggere i kommunen. Det koster kr 50,- i inngang. Dette dekker kaffe, noe å bite i og underholdning. Enkelte ganger har man loddsalg eller bingo, da kommer dette i tillegg til inngang.

Den Kulturelle Spaserstokken

Den kulturelle spaserstokken (DKS) er en nasjonal kultursatsing som har som mål å sørge for profesjonell kunst- og kulturformidling av høy kvalitet til eldre. Gjennom ordningen skal det legges til rette for økt samarbeid mellom kultursektoren og omsorgssektoren, slik at det utvikles gode kunst- og kulturprosjekt lokalt innenfor et mangfold av sjangre og uttrykk. Ordningen skal også bidra til at eldre får et tilpasset kulturtilbud på arenaer der de eldre befinner seg i dagliglivet

Om frivilligsentralene

Våre to frivilligsentraler er lokalisert på Aursmoen, Myrvoldveien 3 og Bjørkelangen stasjon, Stasjonsveien 63. Det er ulike aktiviteter på husene, og andre steder i kommunen. Mer informasjon på vår hjemmeside: aurskog-holand.frivilligsentral.no

Kontaktinfo:

Tlf. 63 85 26 80 / E-post: frivillig@ahk.no

www.aurskog-holand.frivilligsentral.no

Felles høstforestilling for alle seniorsentrene

Flere av sentrene har ønske om en teatertur

Vi vil derfor arrangere en felles Kulturell Spaserstokk i Kultursalen på Bjørkelangen.

Torsdag 22. oktober 2026 kl. 12.30 – 13.30

Det vil bli servert kaffe og noe å bite i fra kl 12.00

Inngang kr 50,-

Gunnar på Mo



Forestillingen Gunnar på Mo baserer seg på kjente og kjære revysanger fra 30- til 70-tallet. Publikum møter ungkaren og vandringsmannen Gunnar, inspirert av Prøysens Tango for To. Han er ikke fremmed for en flørt, men takker for seg når han hører refrenget om ringer og giftemål. Så hva skjer når gårdsjenta Hilma og byjenta Mari avslører dobbeltspillet hans?

Med humor, dans og sang tar vi med publikum på en nostalgisk reise tilbake til deres egen ungdomstid. Og kanskje får damene i publikum et blunk fra Gunnar.

Billetter kan kjøpes på KulturArena sine sider,
eller det kan kjøpes i døren.

