

Hver uge i MARTS 2017 i FcH

MANDAG	
09.00 - 10.00	DOF Hillerød fritidsskole Qigong ved Peter Siggaard Andersen, nærmere oplysninger Lena Becker, post@fritidsskoler.dk.
10.00 - 12.00	Dansk Blindesamfund Konditionstræning, balanceøvelser og afspænding. Holdet er for blinde og svagsynede samt deres pårørende og eventuelle ledsagere. Tovholder: Anette Lindell 3582 7828 eller anette.lindell@privat.dk.
10.15 - 15.45	FOF-kursus i billedkunst Hold 1: 10.15 – 13 og Hold 2: 13 – 15.45. Billedkunst ved Peter Siggaard Andersen. Nærmere oplysninger: FOF Nord, kontakt@fof-nord.dk.
12.00 - 14.00	Styrk din krop Alsiddig og hensyntagende træning for knap så mobile ældre 65+. Aktiviteterne foregår både stående, gående og på stole. Efter træningen drikker vi en kop kaffe/te sammen. Lukket for nye deltagere, men der oprettes venteliste ved henvendelse til: Anne Christiansen tlf. 2855 6842 eller Grethe Larsen tlf. 5133 5076.
14.00 - 17.30	Sprog- og netværkscafé Hjælp til lektier, det danske sprog og papirer fra det offentlige. Åben cafe, der blandt andet henvender sig til flygtninge og indvandrere, der går på sprogskole eller anden uddannelse. Der tales dansk på alle niveauer. Alle interesserede er velkomne. Tovholder: Birgitte Frank.
17.00 - 19.00	NA (Narcotics Anonymous) Selvhjælpsgruppe for misbrugere, der er eller vil være stof- og alkoholfri. Interesserede møder bare op.
19.00 - 21.30	ACA (Adult Children of Alcoholics) - Netværksmøde "Voksne børn af alkoholiserede eller anden dysfunktionel familie". Socialt samvær og støtte til at komme videre i livet. Interesserede møder bare op.

TIRSDAG	
09.45 - 11.00	Motion med Hillerød Motionsvenner Motion med fællesskab – alle kan være med. Efter motionen drikker vi en kop kaffe/te. Der er plads til at flere kan deltage. Tovholdere: Inger Schjøtt og Inge Pihl.
10.00 - 15.00	Åbent atelier Kom og mal i det åbne atelier - med akrylmaling og akvarel. Medbring selv dine materialer – vi støtter og sparrer med hinanden. Tovholdere: Bitten Wøldike Schmith og Ruth Nielsen.
11.15 - 14.00	Mamma Mia – den multikulturelle mødregruppe Hyggeligt samvær og små tematiske oplæg for (kommende) mødre og babyer op til max. 1 år. Alle er velkomne dog max 12 deltagere. Værtinderne Rawaa Alboraki og Lilly Mathisen samt bedstemor Liz tager imod og skaber en hyggelig ramme. Følg gruppen på Facebook: Mamma Mia Internationale mødregruppe i Hillerød.
16.30 - 18.00	Økonomisk råd og vejledning Et frivilligt tilbud til alle borgere, der har behov for økonomisk råd og vejledning baseret på hjælp til selvhjælp. Alle er velkomne. Fremmødte får hjælp efter tur. Tovholder: Jytte Behrendtz, epost@frivilligcenter-hillerod.dk
17.30 - 18.30	Advokathjælpen i Hillerød Hillerøds advokater giver gratis og anonym retshjælp til alle. Fremmødte får hjælp efter tur.
18.30 - 19.30	Hillerød Skakklub Træning for børn og unge i alderen 6-16 år.
19.30 - 20.00	Træning for seniorer. Herefter spilles der partier.

ONSDAG	
09.00 - 14.00	Klatmalerne En netværksgruppe som maler i atelieret. Tovholder: Flemming Petersen.
10.00 - 14.00	Åben IT-rådgivning Kig forbi med spørgsmål på IT-området. Alle er velkomne. Tovholdere: Richard Haagensen og Daniel Andersen. Kontakt: richard@frivilligcenter-hillerod.dk.
11.30 - 14.30	Rotary Youth Exchange – danskundervisning for udvekslingsstuderende Danskundervisning for udenlandske udvekslingsstuderende bosat i Hillerød og omegn. mfs@outlook.dk.
18.30 - 21.00	Depressionsforeningen, lokalafdelingen Hillerød Åbne møder med erfaringsdeling, hjælp og støtte. Kontakt: Mikkel Nørholm: tlf. 5186 4402.
19.30 - 20.45	Anonyme Alkoholikere (AA) + Al-Anon (pårørende) Åbent møde. Alle interesserede er velkomne.
19.30 - 20.45	Alateen Alateen er en selvhjælpsgruppe for teenage-pårørende til alkoholikere. Vi mødes for at dele erfaring, styrke og håb om det at have en forælder, der er ramt af alkoholisme.

TORSDAG	
09.30 - 11.00	Styrk din Krop Alsiddig og hensyntagende træning for knap så mobil ældre 65+. Aktiviteterne foregår både stående, gående og på stole. Der er endnu nogle få ledige pladser. Efter træningen drikker vi en kop kaffe/te sammen. Spørgsmål og tilmelding: Annette Schneider: tlf. 2029 4809.
10.00 - 12.00	Sæt styr på tilværelsen - og få vind i håret og gode ben Cykelgruppen Frihjul I er for dig, der har en cykel og vil kunne cykle 20 km på et par timer. Gruppen er lukket for nye medlemmer. Tovholder: Tim Karll.
11.00 - 13.30	Åndehullet – Rolig motion med efterfølgende samvær Motion fortrinsvis på stole, øvelser med elastikker, stående, gående øvelser. Gruppen ledes af pensioneret fysioterapeut Kirsten Gravesen (med speciale i træning af mennesker med en lungelidelse). Gymnastikken er målrettet åndehulgruppen. Tovholdere: Marianne Henriksen og Elisabeth Nielsen.
12.30 - 14.10	FOF-kursus i engelsk Holdet er for dig der ikke har haft engelsk før, eller som har brug for at genopfriske sproget helt fra bunden. Du vil lære at forstå, tale og skrive korte tekster med en begrænset ordforråd. Nærmere oplysninger: FOF Nord, kontakt@fof-nord.dk.
18.00 - 19.00	CA (Cocaine Anonymous) Selvhjælpsgruppe for misbrugere, der er eller vil være stoffri. Interesserede møder bare op.
18.30 - 21.00	Vennepunktet – et mødested for voksne mellem 24 og 40 år Gruppen har til formål at hjælpe ensomme voksne ud af isolation og ensomhed og arrangere aktiviteter, der opbygger fællesskaber og skaber muligheder for nye venskaber. Alle i målgruppen er velkommen, man møder bare op. For mere info kontakt Signe: Signe_b@yahoo.dk.

FREDAG	
10.00 - 12.00	Sæt styr på tilværelsen - og få vind i håret og gode ben Cykelgruppen Frihjul II er for dig, der har en cykel og vil kunne cykle 20 km på et par timer. Gruppen er åben for nye medlemmer. Tovholder: Tim Karll.

LØRDAG	
11.00 – 13.00	Sprog- og netværksgruppe for kvinder og børn Modersmål undervisning for arabisktalende børn og samtale og netværksgruppe for deres mødre og danske kvinder. Formålet er at styrke de sproglige færdigheder hos børn med arabisk som modersmål for at styrke dem i at lære det danske sprog. Parallelt er der uformel undervisning gennem samvær for mødrene og frivillige danske kvinder. Samtaler om stort og småt, gåture og indkøb for at lære navne på forskellige ting, m.v. Tovholder og initiativtager: Rawaa Alboraki, rawaa.alboraki@gmail.com.



ind os på Facebook

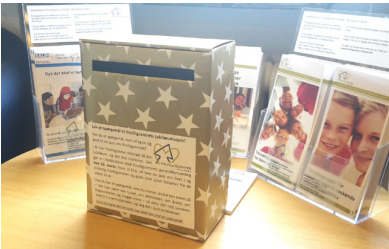
Frivilligcenter Hillerød
Et væksthus for foreningslivet og det frivillige sociale arbejde i Hillerød
ARSSKRIFT 2007

Frivilligcenter Hillerød i 2008
Årsskrift
Årsskrift 2009
Frivilligcenter Hillerød
Årsskrift 2010
Frivilligcenter Hillerød
Årsskrift 2013
Frivilligcenter Hillerød
Årsskrift 2014
Frivilligcenter Hillerød

Det sker i MARTS 2017
i frivilligcentret

WWW.FRIVILLIGCENTER-HILLEROD.DK

Aktiviteter i dit frivilligcenter...



JUBILÆUMSQUIZ

Lav et spørgsmål til frivilligcentrets jubilæumsquiz.

Vi fejrer vores 10 års jubilæum med middag og festligt samvær efter generalforsamlingen 23. marts, hvor vi som et festligt indslag også laver en jubilæumsquiz.

Du kan bidrage med spørgsmål til quizen, fx. om aktiviteter i huset, sjove oplevelser, særlige årstal og meget mere.

Skriv et quizspørgsmål (inkl. det korrekte svar) og send det til quiz@frivilligcenter-hillerod.dk eller læg det i quizpostkassen i frivilligcentrets reception inden **14. marts**.

Sy, så det nytter"

deltag i en maraton med nål og tråd til fordel for børn i verdens brændpunkter

17. marts 2017 kl. 10 – 17
18. marts 2017 kl. 10 – 17
19. marts 2017 kl. 10 – 16
Mail: irene@rodekors.dk
Tlf: 51 51 17 71

RODE KORS

CC neutral

FRIVILLIGCENTER HILLERØD



TRIVSELSGRUPPER FOR BØRN

Mandag 20. marts kl. 16.00 - 18.00
mødes trivselsgruppen for børn i sorg for første gang.

Torsdag 23. marts kl. 16.00 - 18.00
mødes trivselsgruppen for børn i skilsmissefamilier for første gang.

Derefter mødes grupperne for børn i alderen 8 - 11 år hver anden uge i frivilligcentret, Fredensvej 12c.

Information og tilmelding til Eva Christensen: selvhjaelp@frivilligcenter-hillerod.dk



GENERALFORSAMLING OG 10 ÅRS JUBILÆUMSFEST

Ordinær generalforsamling **torsdag 23. marts kl. 17.30-18.30** med efterfølgende jubilæumsmiddag og festligt samvær fra kl. 19.00 i **Støberihallen**, Nordstensvej 1.

Tilmelding til generalforsamling:
Send navne og e-mail på alle deltagere plus foreningens navn til epost@frivilligcenter-hillerod.dk eller giv besked på tlf. 4824 1907 eller kig forbi i frivilligcentret senest 22. marts.

Tilmelding til jubilæumsmiddag:
Kig forbi i frivilligcentret og betal kontant eller indbetal kr. 75,- på konto nr. 3543 - 0010998964. Husk alle navne på deltagere og evt. foreningens navn senest 20. marts.



Onsdag 1. 18.00 - 21.00	Foreningen Vi har mistet et barn Selvhjælpsgruppe med dialog og støtte mellem forældre der har mistet et barn – for deltagelse og nærmere oplysninger: Susanne Petersen, rugvangen@me.com.
Torsdag 2. og 23. 19.00 - 21.00	Sathya Sai Baba Studiekreds, hvor vi studerer Sai Babas taler og åndelig litteratur. Tovholder: Torben Reimann: torbenreimann@hotmail.dk. Alle interesserede er velkomne.
Torsdag 2., 16. og 30. 19.00 - 21.00	Angstforeningen - selvhjælpsgruppe hvor ligesindede mødes Del dine tanker og erfaringer omkring angst og håndtering af de udfordringer angsten kan medføre. Er du interesseret, så kontakt os på tlf. 7027 1320 eller skriv til: grupper@angstforeningen.dk. Gruppen er ikke åben, men der etableres løbende nye grupper.
Torsdag 2. 19.00 - 21.00	Bedre Psykiatri - forældrenetværksgruppe Bedre Psykiatri tilbyder netværksgrupper for forældre til psykisk syge børn og unge under 19 år. Grupperne ledes af en psykolog. Kontakt: Birgitte Nymark, bn@bedrepsykiatri.dk.
Torsdag 2. 19.00 - 21.00	ADHD-foreningen: Café for voksne med ADHD Caféen er et frirum, hvor du kan tale med ligestillede og få støtte til de udfordringer, du oplever i hverdagen. Der vil først være et oplæg og en styret snak om dagens emne, senere er der åben café med kaffe, te og småkager. Åben for medlemmer og interesserede. Man møder bare op. Kontaktperson: Chalotte Jespersen, tlf. 2921 3380.
Torsdag 2. 19.00 - 21.30	Haveselskabet Nordsjælland – Temaaften med Nina Ewald Nina Ewald vil hjælpe os med at designe vores haver, ikke blot med blomster og træer, men med farver og former. Kontakt: Susanne Sylvest Carlsen, 2177 6777, susanne.sylvest@post7.tele.dk.
Fredag 3., 17. og 31. 09.30 - 15.30	Frivilligcenter Hillerød - kursus i ledelse af trivselsgrupper for børn og unge Kursusforløb for kommende frivillige grupeledere for en trivselsgruppe for børn og unge i Frivilligcenter Hillerød. Kurset løber over fire fredage. Kurset præsenterer og afprøver redskaber og tilgange i arbejdet som grupeleder. Se mere på frivilligcentrets hjemmeside.
Lørdag 4. 10.00 - 16.00	Offerrådgivningen - workshop TEMA: Styrk samtale med proces og metode v/ Merete Lindholme. Kontakt: nordsjaelland@offerraadgivning.dk.
Søndag 5. 09.30 - 17.30	Kursus i førstehjælp ved Røde Kors Kurset giver introduktion til grundlæggende førstehjælp for alle og er obligatorisk for alle, der skal tage kørekort. Introduktion til hjertestarter. Pris kr. 550,- inkl. Materialer og kaffe/te. Tilmelding via https://www.rodekors.dk.
Mandag 6. 19.00 - 21.00	Hillerød Bys Lokalråd – generalforsamling Generalforsamlingen holdes i Kedelhuset. Nærmere info: Marianne Løvdal, marianneloevdal@hotmail.com.
Tirsdag 7. og 21. 13.30 - 15.00	Sangcafé – hvor alle slags sanglærker er velkomne Vi synger efter Højskolesangbogen tirsdag i lige uger. Konceptet er enkelt: fællessang, hyggeligt samvær og kaffe. Vi betaler 10 kr. for kaffe og lidt sødt.
Tirsdag 7. 14.00 - 16.30	Café Motion for sindet - for dig der er psykisk sårbar og/eller frivillig motionsven Foreningen Motion for Sindet inviterer til motionscafé med samvær og fællesskab den første tirsdag i måneden. Vi starter med et spil kroff på kroffbanen udenfor på plænen, hvis vejret tillader det. Efterfølgende er der hygge, kaffe, kage og samvær. Læs mere og følg os på Facebook.
Tirsdag 7. og 21. 16.00 - 18.00	Herreværelset En gruppe for mænd, som alle har det til fælles, at de har haft en hjertelidelse og/eller er hjertepatient. Gruppen er baseret på hjælp til selvhjælp, hvilket betyder, at deltagerne får mulighed for, at håndtere egen situation, tanker og oplevelser gennem fortælling og refleksion. Hjertereforeningen Hillerød og Frivilligcenter Hillerød tilbyder gruppen i et samarbejde. Kontaktpersoner og mere info: Eva Christensen, ec@frivilligcenter-hillerod.dk og Jytte Behrendtz, hilleroed@hjertereforeningen.dk.
Tirsdag 7. 18.00 - 20.00	Autismeforeningen Netværksmøde for forældre med børn med autisme-diagnose. Er du interesseret i at deltage så skriv en mail til Autismeforeningen: til.formand@gmail.com.
Onsdag 8. og 22. 13.00 - 15.30	Åbent hus i sundhedsplejen Sundhedsplejen tilbyder spædbørnsfamilier i Hillerød Vest, Hillerødsholm og midtbyen en konsultation hos en sundhedsplejerske.
Onsdag 8. 19.00 - 21.00	Indre Udvikling – en vej til helbredelse/livsenergi Åben selvhjælpsgruppe: Er der en anden vej til sundhed og tilfredshed i livet, som vi ikke ser? Kom og se film - og hør beretninger om, hvordan vi mennesker kan komme igennem, at livet sparker til os. Tilmelding: Marianne Knudsen mak2801@gmail.com eller tlf. 2424 0128.
Onsdag 8. og 22. 19.00 - 21.00	Selvhjælpsgruppe: Angstforeningen Del dine tanker og erfaringer om angst med andre. Dette er ikke en åben gruppe, men der oprettes løbende nye grupper. Kontakt Angstforeningen på grupper@angstforeningen.dk, hvis du er interesseret i at deltage i en gruppe.
Torsdag 9. og 23. 10.00 - 12.00	Selvhjælpsgruppe: Team Overgang Tovholder: Dorthe Nielsen.
Torsdag 9. 19.00 - 21.00	Røde Kors – generalforsamling Nærmere info: Bent Kauffmann, bentk@rodekors.dk.
Fredag 10. 18.00 - 22.00	Hillerød Naverforening "Hulemøde" (medlemsmøde). Kontaktperson: Arne Esbensen, tlf. 2158 5493, aesbensen@yahoo.dk.
Søndag 12. 16.30 - 18.30	Sathya Sai Baba Sang. Tovholder: Torben Reimann: torbenreimann@hotmail.dk. Alle interesserede er velkomne.
Mandag 13. 11.00 - 14.00	Slægtsforskningsgruppen i frivilligcentret Åben gruppe med interesse for slægtsforskning. Nybegyndere såvel som erfarne slægtsforskere er velkomne. I gruppen hjælper vi hinanden med at komme i gang, deler gode råd og inspiration m.v. Vi bruger også internettet i forbindelse med slægtsforskning. Medbring gerne madpakke. Kaffe/te med brød koster kr. 10,-. Tovholdere: Dorthe Nielsen og Elisabeth Nielsen.
Mandag 13 12.00 - 14.00	Læsekreds Q-11 Læsegruppe. Kontaktperson: Jytte Grønlund på mail: mail@jyttegroenlund.dk.
Mandag 13. 19.00 - 21.00	Barokhavens Venner - generalforsamling Generalforsamlingen holdes i Kedelhuset. Nærmere info: Flemming Corell Jensen, flejen@postkasse.com.

Tirsdag 14. og 28. 14.00 - 16.00	Dansk Blindesamfund – Håndarbejdsklub Klubben er for blinde og svagsynede personer, der har lyst til at lave håndarbejde – både begyndere og erfarne håndarbejdere er velkomne. Kontaktperson: Bente Ullits Eckmann, tlf. 4178 4148, bente.ullits@gmail.com.
Tirsdag 14. 16.30 - 18.00	Mød din lokale bisidder Her kan du personligt møde en lokal bisidder, stille spørgsmål og høre mere om, hvad og hvordan vi som bisiddere kan hjælpe dig ved møder med myndigheder, banken eller hospitalet. Alle fra 18 år kan anmode om en bisidder. Kontaktperson: Vibeke Dyrelund tlf. 2927 9974. dinlokalebisidder@gmail.com.
Onsdag 15. 19.00 - 21.00	Forældreforeningen Vi har mistet et barn Foreningen inviterer til en aften med krisepsykolog Michael Bruun, som har været tilknyttet Forældreforeningen i mange år, og han har en stor indsigt i de sørgendes reaktioner. Efter et indledende foredrag bliver der mulighed for at stille spørgsmål. Kontaktperson: Susanne Petersen, rugvangen@me.com.
Torsdag 16. 13.30 - 16.30	Engelsk chat En uformel gruppe af mennesker, der har lyst til at tale og læse engelsk. Taler, diskuterer om "løst og fast". Gruppen er åben for nye deltagere. Kontakt: gerda.nielsen@youmail.dk.
Fredag 17 og lørdag. 18. (10.00 -17.00) søndag 19. (10.00 - 16.00)	Røde Kors - Sy så det nytter En maraton i Kedelhuset med nål og tråd til fordel for børn i verdens brændpunkter. Ideen er at fremstille børnetøj, der vil blive sendt til værdigt trængende i hele verden. Tilmelding til Irene Hansen, tlf. 51 51 17 71, mail: irene@rodekors.dk eller Røde Kors Hillerød afdelingens hjemmeside.
Lørdag 18. og søndag 19. 10.00 - 15.45	FOF-kursus i maleri for begyndere og øvede Weekendkursus i maleri, hvor vi maler med akryl både efter ting og foto eller abstrakt. Du lærer om undermaling, farveblanding, penselstrøg og lasering. Nærmere oplysninger: Peter Siggaard, petersiggaard@hotmail.com.
Mandag 20. 16.00 - 18.00	Trivselsgruppe for børn - sorggruppe En trivselsgruppe for børn er et fællesskab for børn med de samme udfordringer. Her sættes der ord på deres situation, de hjælper hinanden med at afklare dilemmaer, ser nye handlemuligheder og oplever, at de ikke er alene. Gruppen ledes af to voksne frivillige. For yderligere info kontakt: Eva Christensen, ec@frivilligcenter-hillerod.dk.
Tirsdag 21. 14.00 - 16.15	Dansk Blindesamfund - Hillerødklubben Hillerødklubben holder medlemsmøde i Kedelhuset. Henrik Hey kommer og fortæller om Øresundstolden Der vi være tid til hyggesnak, og der serveres kaffe, te og ostemadder. Kontaktperson: Annette Gramstrup Jørgensen, annette.gramstrup@livne.dk.
Tirsdag 21. 19.30 - 21.30	Dansk Cyklistforbund Hillerød - generalforsamling Generalforsamlingen holdes i Kedelhuset. Nærmere info: Leni Blensø, dcfhillerod@gmail.com.
Tirsdag 21. 19.00 - 21.30	Aspigerne - netværksgruppe under Autismeforeningen Kvindegruppe der mødes til kaffe og masser af snak. Kontakt: Elizabeth Trøstrup Christensen, dibberc@gmail.com.
Onsdag 22. 19.00 21.00	Alzheimerforeningen - generalforsamling Nærmere info: Edith Hansen, edithhansen@gmail.com
Torsdag 23. 16.00 - 18.00	Trivselsgruppe for børn - børn i skilsmisefamilier En trivselsgruppe for børn er et fællesskab for børn med de samme udfordringer. Her sættes der ord på deres situation, de hjælper hinanden med at afklare dilemmaer, ser nye handlemuligheder og oplever, at de ikke er alene. Gruppen ledes af to voksne frivillige. For yderligere info kontakt: Eva Christensen, ec@frivilligcenter-hillerod.dk.
Torsdag 23. 19.00 - 21.00	Astma & Allergi - generalforsamling Nærmere info: Ingelise Biering, 2biering@mail.dk.
Torsdag 23. 17.30 - 18.30	Frivilligcenter Hillerød - generalforsamling og jubilæumsfest i Støberihallen Frivilligcenter Hillerøds ordinære generalforsamling. Efterfølgende jubilæumsmiddag og festligt samvær fra kl. 19.00. Medlemmer og samarbejdspartnere kan deltage i jubilæums-middagen for 75 kroner. Ikke-medlemmer har hverken tale- eller stemmeret ved generalforsamlingen og skal betale den fulde pris på 150 kroner for jubilæumsmiddagen. Tilmelding til jubilæumsmiddagen senest 20. marts til epost@frivilligcenter-hillerod.dk.
Lørdag 25. 12.00 - 17.00	Hillerød Naverforening "Messe" (møde) Kontaktperson: Arne Esbensen, tlf. 2158 5493, aesbensen@yahoo.dk.
Lørdag 25. 13.00 - 17.30	ADHD Nordsjælland - Familiecafé Åben familiecafé for børn med ADHD og lignende diagnoser og deres søskende og forældre, hvor vi blandt andet tegner, maler og på andre måder udtrykker os kreativt. Kontaktperson: Stina Gleerup, fam.gleerup@hotmail.com.
Søndag 26. 09.30 - 15.30	Sathya Sai Baba Medlemsmøde. Nærmere oplysninger: Torben Reimann: torbenreimann@hotmail.dk.
Tirsdag 28. 16.00 - 18.00	Amnesty International Medlemsmøde i lokalafdeling Hillerød/Allerød. Kom og deltag i lokalgruppens arbejde for menneskerettigheder for alle. Vær med til at oplyse og gøre en forskel globalt ved at arbejde lokalt. Alle interesserede er velkomne. Du møder bare op. Tovholder: Maggie Andersen. maggielaird@yahoo.com.
Tirsdag 28. 18.00 - 21.00	Foreningen Vi har mistet et barn Selvhjælpsgruppe med dialog og støtte mellem forældre der har mistet et barn – for deltagelse og nærmere oplysninger: Susanne Petersen, rugvangen@me.com.
Onsdag 29. 19.00 - 21.00	Autismeforeningen Netværksmøde for forældre med børn med autisme-diagnose. Er du interesseret i at deltage så skriv en mail til Autismeforeningen: til.formand@gmail.com.
Torsdag 30. 13.30 - 16.30	Engelsk læse- og talegruppe En uformel gruppe af mennesker, der har lyst til at læse en engelsk bog og diskutere den på engelsk i hyggelige rammer. Gruppen er åben for nye deltagere. Kontakt: gerda.nielsen@youmail.dk.
Torsdag 30. 19.30 - 21.30	Grænseforeningen Mød 3-4 medlemmer af Grænseforeningens Kulturambassadører, der fortæller om at være "bindestregs-dansker" – deres baggrund fra det danske og frisiske mindretal i Tyskland, fra det tyske mindretal i Danmark, eller med en helt anden etnisk baggrund. Dvs. de fortæller om deres erfaringer med en opvækst med to kulturer og to sprog, og hvordan deres hverdag bliver formet af dette. Pris kr. 40,- inkl. kaffe/te og kage. Ikke medlemmer kr. 60,-. Nærmere info og tilmelding: Bent Kauffmann, tlf. 4825 2511 eller bent@panikrejser.dk.

Alle medlemsforeninger kan få omtalt deres arrangementer holdt i frivilligcentret og Kedelhuset i månedskalenderen. Send en beskrivelse til epost@frivilligcenter-hillerod.dk inden den 20. i måneden før.