

Månedsoversigt for april 2025

Indhold:

- Nyt fra Bestyrelsen
- Månedens aktivitets kalender
- Lidt om aktiviteter

Månedens billede fra Fotogruppen

Fotokonkurrencen for marts havde emnet "Farver". Igen i denne måned havde vi 2 vindere, hvor billederne havde pointlighed. Billederne vises i alfabetisk orden efter fornavn.

Billede nr. 1 er fra Bjarne Foldberg



Bjarne skriver om billedet: Billedet "Farver" er taget på en solskinsdag på Christiania. Jeg vidste, at derude er der ikke sparet på farverne. Mange farver bruger de på grimt grafitti, men her har de styr på farverne. Billedet er taget med et Panasonic DC-G90 12 mm F/5.6 og 1/250 sek.

Billede nr. 2 er fra Ole Ejnar Hansen



Ole Ejnar skriver om sit billede:

Indien er et stort og spændende land, ikke mindst ørkenstaten Rajasthan. Her er jeg på fotosafari gennem Den blå By snævre gader, hvor man kan opleve en eksplosion af farver

Billedet er taget med et Canon Powershot G5, 28 mm F/4, 1/100 sek. Ejnar:

Nyt fra Bestyrelsen

- Bestyrelsen har sammen med Madholdet, planlagt at servere hjemmelavet frokost, den 2. april 2025. Vi håber at vores medlemmer taget godt imod initiativet.
- Som noget nyt vil vi gerne engagere vores medlemmer i planlægningen af aktiviteter. Derfor har vi planlagt at vi den 9. april 2025, sidst på eftermiddagen, sætter os sammen for at planlægge aktiviteter for maj måned.



april måneds aktivitetskalender.

| MødeDato | Møde | Mødedag og tid | Lokation | Supplerende information | Tilmelding |
|------------|-----------------|--------------------|-------------------------------------|---|------------|
| 01-04-2025 | Madlavning | Tirsdag, kl. 16.30 | La Courvejens skole | | Nej |
| 02-04-2025 | Onsdagsmøde | Onsdag, kl. 14.00 | Villaen – Tesdorpsvej 23, 2000 Frb. | Madholdet laver frokost. Noget om København | Nej |
| 03-04-2025 | Motion | Torsdag, kl. 18.15 | Dronningensvej 4 | | Nej |
| 07-04-2025 | Kortspil | Mandag, kl.15.00 | Medborgercenter, Nordens Plads 16 | | Nej |
| 08-04-2025 | Foto | Tirsdag, kl.19.00 | Medborgercenter, Nordens Plads 16 | | Nej |
| 09-04-2025 | Onsdagsmøde | Onsdag, kl. 14.00 | Villaen – Tesdorpsvej 23, 2000 Frb. | Hvad har du på hjertet. Planlægningsmøde | Nej |
| 10-04-2025 | Motion | Torsdag, kl. 18.15 | Dronningensvej 4 | | Nej |
| 14-04-2025 | Bestyrelsesmøde | Mandag, kl. 16.30 | Villaen – Tesdorpsvej 23, 2000 Frb. | | Nej |
| 14-04-2025 | Kortspil | Mandag, kl.15.00 | Medborgercenter, Nordens Plads 16 | | Nej |
| 16-04-2025 | Onsdagsmøde | Onsdag, kl. 14.00 | Villaen – Tesdorpsvej 23, 2000 Frb. | Hygge før påsken | Nej |
| 23-04-2025 | Foredrag | Onsdag, kl. 14.00 | Spejderhytten, Bag Søndermarken 20 | Fremtidens Sundhedsteknologi: Hvordan VR og BCI Forvandler Genoptræning | Nej |
| 24-04-2025 | Motion | Torsdag, kl. 18.15 | Dronningensvej 4 | | Nej |
| 28-04-2025 | Kortspil | Mandag, kl.15.00 | Medborgercenter, Nordens Plads 16 | | Nej |
| 29-04-2025 | Madlavning | Tirsdag, kl. 16.30 | La Courvejens skole | | Nej |
| 30-04-2025 | Udflugt | Onsdag, kl. 14.00 | Stæhr Johansens Vej 38, 2000 Frb. | Rundvisning på Frederiksberg Forsyning | Nej |



Omtale af nogle af vores aktiviteter

Madholdet laver frokost

I dag vil vores frokost være hjemmelavet. Madholdet har lovet at stille op og tilberede en frokost fra bunden. Vi satser på noget sild som den første ret, derefter noget lunt. Efter frokosten vil der være et indslag , noget om København.

Onsdag d. 2. april kl. 12.30 – Villaen, Tesdorpsvej 23, 2000 Frederiksberg –Tovholder: Poul Brøchmann

Hvad har du på hjertet

Det er dig som er ”mødeleder”. Du vil gerne fortælle om en bog du har læst, eller du vil gerne berette om noget du har på hjerte. Diskussionen er fri. Senere vil planlægge aktiviteter for maj måned.

Onsdag d. 9. april kl. 14.00 – Villaen, Tesdorpsvej 23, 2000 Frederiksberg –Tovholder: Poul Brøchmann

Fremtidens Sundhedsteknologi: Hvordan VR og BCI forvandler genoptræning

Forsker Bastian Ilsø Hougaard fra Aalborg Universitet fortæller om, hvordan virtual reality (VR) og brain-computer interfaces (BCI) kan skabe skræddersyet sundhedsteknologi.

Hvordan kan teknologi bruges i rehabilitering? Kan VR og BCI transformere motorisk og kognitiv genoptræning efter slagtilfælde? I vil lære, hvordan disse værktøjer kan tilpasse behandlinger til patienternes behov, samt gøre træningen mere engagerende. Vi ser på cases, der viser vejen for integration af disse teknologier i klinisk praksis.

Onsdag d. 23. april kl. 14.00 – Spejderhytten, Bag Søndermarken 20, 2000 Frederiksberg –Tovholder: Poul Brøchmann

Besøg hos Frederiksberg Forsyning

Vi skal på rundvisning i vandværket og se hvordan Frederiksberg behandler vores vand. Vi mødes i receptionen.

Efter rundvisningen går vi i fælles flok til Tesdorpsvej 23, hvor der vil være kaffe og kage.

Onsdag d. 30. april kl. 14.00 – Stæhr Johansens vej 38, 2000 Frederiksberg –Tovholder: Keld Baerens



Info om faste aktiviteter du kan deltage i.



Mad-, Motions-, Kortklubben og Fotogruppen.

Nedenfor finder I omtale af de faste aktiviteter hos Mænds Mødesteder Frederiksberg. Det kan være til inspiration for andre medlemmer og måske give dem lyst til at deltage. Info om samtalegrupper og kirkekoncerter kommunikerer direkte mellem interesserede deltagere.

| | |
|--|---|
| <p>Motionsholdet Vi træner hver torsdag. Har du også lyst til at træne din krop eller få et bedre kondital, så er der også plads til dig på holdet. Så kontakt tovholder for nærmere information.</p> | <p>Torsdage - Kl. 18.15-19:15 Dronningensvej 4 Egenbetaling kr. 50 pr. md. Tovholder: Finn Myken Tlf.: 51790078</p> |
| <p>Fotogruppen Fotogruppen mødes fast en gang om måneden for fælles at debattere og vælge det bedste foto i det aktuelle fototema. Vi prøver også i fællesskab at blive dygtigere til teknik m.h.t. lukketid, blænde, iso mm. Kunne du tænke dig at være med, er du meget velkommen. Kontakt tovholder for nærmere information.</p> | <p>En tirsdag i måneden kl. 19.00 Medborgercentret Nordens Plads 16A Tovholder: Mogens Hallander. Tlf.: 20201196</p> |
| <p>Madholdet Madholdet mødes hver anden tirsdag i lige uger i skolekøkkenet på Skolen på la Coursvej. Køkkenet ligger på 4. sal. Vi mødes kl. 16:30 og tilbereder maden, hvorefter vi spiser sammen. Inden vi går hjem ved 20-tiden, rydder vi op så køkkenet ser ud, som da vi kom. Vi betaler 600 kr. pr. sæson og skiftes til at finde madopskrifter, købe madvarerne. Vi laver maden i fællesskab. Har du lyst til at være med på madholdet, så kontakt Tovholder. Tovholder: Bjarne Foldberg (bjafol@gmail.com/ mobil – Tlf.: 61294129</p> | |
| <p>Kortklubben Vi spiller Whist på hygge-niveau. Alle kan være med. Er du ikke til kortspil, er der også mulighed for at få en kop kaffe og en hyggesnak.</p> | <p>Mandage Kl. 15-17:00 i Flexlokalet. Medborgercentret Nordens Plads 16A Tilmelding: Nej og ingen egenbetaling. Tovholder: Anders Ryan Jensen Tlf.: 30461014</p> |
| <p>Samtalegrupper: Vi har én samtalegruppe. Har du lyst til at starte en ny samtalegruppe, så kontakt formanden, som vil prøve at hjælpe dig.</p> | <p>Ugedag og tid aftales fra gang til gang. Når der er ønske om ny gruppe, finder vi en, der kan være tovholder.</p> |