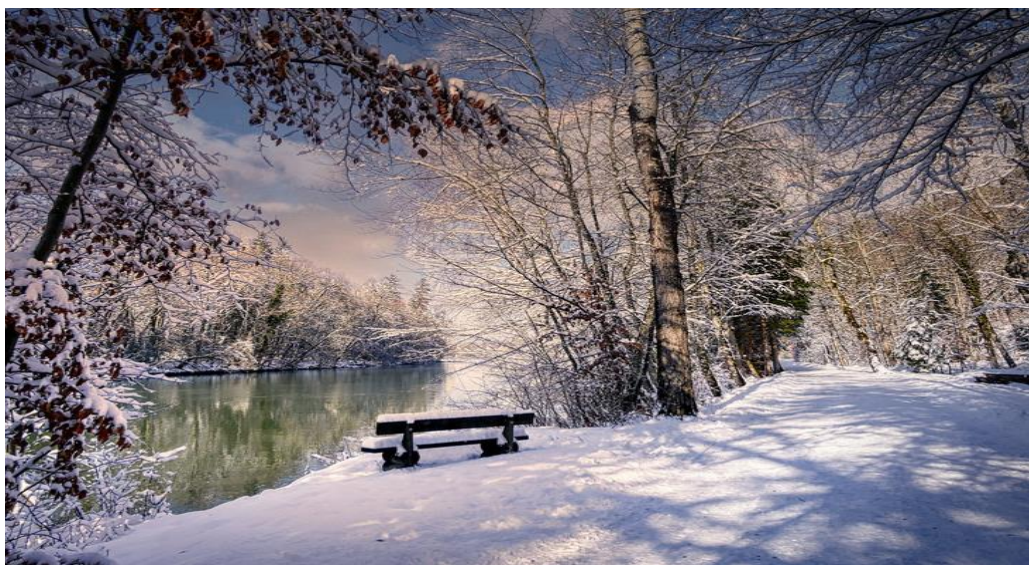




Aktivitetshuset Paraplyen

Januar program 2026

PRIS 2 KR.



Halsnæs
Kommune

Oplev det rå og autentiske Halsnæs

Information

Åbningstider i januar

Ons. 31. dec. til og med 4. januar **LUKKET**

Vi åbner igen **5. januar**

Rundvisninger i begge afdelinger Ingen tilmelding – bare mød op.

Frederiksværk afdeling kl. 10.00

- Tirsdag den 6. januar – vi mødes i Vinkelsalen
- Tirsdag den 3. februar – vi mødes i Vinkelsalen

Hundested afdeling kl. 10.30

- Torsdag den 8. januar – vi mødes i Receptionen
- Torsdag den 5. februar – vi mødes i Receptionen

Deadline til program for februar er 10 januar.
Send dit input til anep@halsnaes.dk eller mima@halsnaes.dk
eller aflever det i en af receptionerne.

Strikkeholdet ”Strik for en sag” i Frederiksværk, ønsker sig uldgarn (de mangler ikke acrylgarn). Gerne strømpegarn og garn til huer/halstørklæder og veste. Donationer afleveres i receptionerne.

Medlemskontingent 2026

Du kan nu betale dit medlemskontingent for 2026 af Paraplyen, dog senest 15. februar.

Medlemskontingentet for 2026 (1. januar-31. december) er 400 kr.

Det er **medlemskontingent 2026** der skal fornyes nu.

Du kan betale i vores receptioner, eller via bank.

Fornyelse af medlemskontingent via netbank

Indbetaling kan ske via bankoverførsel til
Danske Bank, reg. nr. 3543, konto 115 231 96.

Husk at skrive nedenstående på – så vi kan se hvem du er :-)

VIGTIGT:

I feltet 'Besked til modtager' skal du skrive dit:

medlemsnummer samt **FRV** eller **HUN**.

Så ved vi, om du ønsker at hente dit nye medlemskort i
Frederiksværk eller Hundested.

BEMÆRK:

Når der betales via bank kan kortet først hentes **to uger** efter
indbetalingen, da vi skal have tid til at tjekke bankkonto, bogføre,
registrere betalingen i vores medlemssystem og skrive kortet.

Bus tur

Bustur til " Den Blå planet" Tirsdag den 3. marts

Den Blå Planet er et udstillingsakvarium i Kastrup på Amager. Det er efterfølgeren til det tidligere Danmarks Akvarium.

Anlægget er 12.000 kvadratmeter inkl. udearealer og indeholder 20.000

dyr fordelt på mere end 700 arter. Den samlede akvarievolumen udgør 7 mio. liter. Det er blandt Danmarks 10 mest besøgte attraktioner.

Der er bestilt rundvisning kl. 10.30 ved / omkring forskellige akvarier, hvor der er nem tilgængelighed.

Der serveres 2 stk. smørrebrød og en øl eller vand kl. 12.15.

Herefter har man en time på egen hånd til det man ikke fik set, eller man kan købe en kop kaffe og måske nyde udsigten.

Bussen kører tilbage kl. 14.30.

Busafgang:

Nørregade 61 Hundested **kl. 08:15**

Gjethuset **kl. 08:30**

Ølsted station **kl. 08:45**



Pris 595 kr. for bus, rundvisning, entre, 2 stk. smørrebrød og 1 drik.
Tilmelding i receptionerne senest 16. februar.

Musik og Herrefrokost

Tapas – pop og dans ved Umbrella Band i Vinkelsalen

Fredag 16. januar 2026 kl. 17.30

Frederiksværk

OBS: få pladser

Paraplyens nye orkester, - **UMBRELLA BAND**, spiller op til en aften med populære sange kendt fra Elvis, Beatles, Gasolin, Alberte, Johnny Madsen og mange andre.

Man kan helt sikkert nynne med på omkvædet, danse eller bare nyde det hele. Aftenen starter med et glas, der serveres en tapas tallerken med hjemmebagt brød, som cafeen har tilberedt. Herefter kaffe med lidt sødt. Øl, vin og vand kan købes. Arrangementet slutter senest ca. kl. 21. Tilmelding i receptionerne senest 7. januar. Pris 150 kr.



Herrefrokost i Vinkelsalen

Onsdag den 4. februar kl. 12.30

Frederiksværk

Skal du med til frokost, bare dig eller hele holdet. Ved tilmeldingskal du give besked, hvis du skal sidde sammen med nogle bestemte.

Cafeen laver frokost med sild serveret ved bordene, herefter buffet med blandet koldt og varmt udbud samt ost.

Kaffe med lidt sødt serveres efterfølgende.

Tilmelding i receptionen senest 28. januar. Max 56 pladser.

Pris 160 kr. Øl, vand, vin og snaps kan købes.



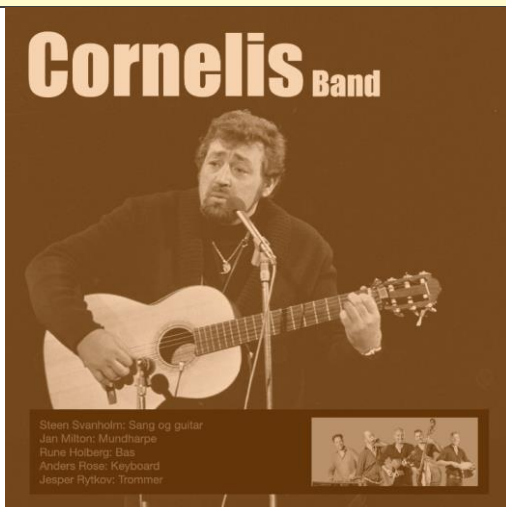
"CornelisBand" i Vinkelsalen
Onsdag den 28. januar kl. 13.00

Frederiksværk

**Cornelis Vreeswijk -
Koncert og
videooptagelse**

Danske "CornelisBand"
anført af Steen Svanholm
optræder i Paraplyen med
live-musik og fortællinger
om den navnkundige,
svenske trubadur Cornelis
Vreeswijk.

Steen Svanholm er den
førende fortolker af
Cornelis i Danmark og
sammen med sit orkester
byder han på sjove, rørende anekdoter om Cornelis og naturligvis
masser af hans musik, både kendte og ukendte sange.



Koncerten vil blive filmet af Ketil Teisen. CornelisBand skal nemlig bruge nogle video-optagelser med et oplagt live-publikum. Hvis man helst ikke vil blive set på billederne, kan vi sløre ansigterne, men vi vil selvfølgelig helst se dit charmerende smil :-). Stemningen vil være hyggelig, afslappet og munter.

Koncerten varer ca. 60 minutter.

Pris: 60 kr. inkl. kaffe og kage

Tilmelding i receptionerne. Max 50 pladser

'Storytelling med Karen Blixen' - Babettes Gæstebud Onsdag 18. februar 2026 kl.14.00 i Gjethuset

Karen Blixens magiske fortælling i en dramatiseret gengivelse af skuespiller Anne Lilballe i rollen som storytelleren Karen Blixen. Kom og oplev Babettes Gæstebud.

Oplev den bevægende og berømte historie om den franske mesterkok i en intens og nærværende formidling som er det Karen Blixen selv, der fortæller. Hør om Babette, der flygter fra borgerkrigen i Paris. Hun ender i det nordligste Norge hos to religiøse søstre, hvor hun sætter alt ind på at give menigheden en kulinarisk oplevelse, de aldrig glemmer.

Der afrundes med dialog og samtale med Anne Lilballe. Med mulighed for at kommentere og stille spørgsmål. Velkommen til en spændende eftermiddag i Karen Blixens ånd.

Læs mere om Anne Lilballe og Skæbne Historier

www.skaebnehistorier.dk



Tilmelding og betaling i receptionerne. Pris 80 kr. Samt 50 kr. for tilkøb af kaffe / kage billet. **Tilkøb:** Forkæl dig selv under arrangementet med en varm drik og et stykke kage. **Forudbestilling og betaling nødvendig.** Du viser blot din kaffe/kage-billet i Gjethusets café og bestiller din ønskede drikkevarer. Pris 50 kr.

Dørene til Gjethuset åbner kl. 13:00 og foregår i Gjethusets cafe. Varighed 2 timer. Arrangementet er for **alle**, også **ikke** medlemmer.

Musik

Trio "HimmelBlå" i Salen

Hundested

Torsdag den 19. februar kl. 13.30 – 15.30

Trioen "HimmelBlå" spiller Kim Larsen, i en akustisk syng - med version. Stilen er uhøjtidlig, hyggelig og udadvendt.

"HimmelBlå" skaber god stemning og højt humør. John på sang og guitar, Bo på bas og kor, Morten på trommer og kor.

Skrål med på Kvinde Min, Haveje, Midt Om Natten...



Leveret af 3 garvede, glade og udadvendte gutter.

Der serveres kaffe og kage undervejs. Pris 75 kr. Tilmelding i receptionerne, senest 12 februar.

Crepepapirsblomster i Nørkleriet

Hundested

Fredagene 9.,16. og 23. januar 2026 kl. 10.00-14.00

Obs: få pladser

Vi finder alle vore materialer til crepepapirsblomster frem og så er der fri leg.

Hvis du ikke har prøvet det før, kan du lære hvordan du tryller blomster frem af crepepapir, lim og ståltråd.

Medbring gerne en lille god papirsaks.

Dagene er både for begyndere og let øvede.

Pris 60 kr. (dækker alle materialer til 4 blomster). Betaling ved tilmelding. Derudover 15 kr. pr. blomst.

Værkstedskort kræves, ellers betales et engangsbeløb på 50 kr.

Tilmelding senest 6. januar. Max 8 pladser



Mosaik udsmykning i fællesskab

Frederiksværk

Opstart fredag 20. marts kl. 9.30 – 13.30 i Glasværkstedet

Mosaikudsmykning af gården i Frederiksværk.

Har du lyst til at være med til at skabe 4 mosaikker, der skal hænge i gården, i vinduerne, se billedet.

Vi skal lave 4 glasmosaikker på ca. 70*90 cm.

Motiverne skal illustrere nogle af vore mange aktiviteter og overskrifterne er :

- Kreativitet
- Cafe
- Træning
- Musik



Vi får hjælp af Pia Skak fra "Glad Sol". Pia laver skitser, tegner skitserne op på plader og hjælper os i gang.

Pia starter projektet op med en 4 timers workshop fredag den 20. marts, for de der har lyst til at deltage i projektet.

Herefter arbejder vi videre med mosaikkerne de følgende fredage, indtil vi er færdige. Arbejdet foregår indendørs.

Pia kommer tilbage sidst i projektet og guider/hjælper til med fugning, opsætning mv.

Har du lyst til at være med til at skabe mosaikkerne, så meld dig til i receptionen. Det koster ikke noget at deltage. Max 12 deltagere.

Pilehøst og flet

Pilehøst og flet af træer eller staudestativer i frisk pil Tirs. 10. feb og Ons. 11. feb.

Tirsdag den 10. februar kl. 10 – ca. 13

Vi mødes Kagerupvej 13 i Hillerød og drager i samlet flok ud på pilemarken.

I år kan du høste til eget forbrug. Der skal **ikke** høstes til Paraplyen. På marken er der primært "gulpil", "dugpil" og pil der minder om "amerikaner". Betalingen for pilen er individuel og der afregnes direkte på dagen til ejeren af pilemarken.

Husk varmt tøj og drikke, en god beskærersaks. Det er også en god ide at medbringe snor/bred tape og eventuelt en lille presenning, så du kan holde styr på din høst.

Ingen tilmelding, bare duk op.



Onsdag den 11. februar kl. 10 -14. Frokostpause 12.30- 13. Salen i Hundested

I skal medbringe den friske pil, høstet dagen før.

Pilen skal bruges til at lave flettede træer eller staudestativer. Træets stamme flettes på kurset og planter du det i en krukke eller i jorden (og husker at vande), vil toppen vokse sig fin og grøn i foråret. Hvis du gerne vil lave træet direkte en krukke, skal du medbringe krukken (incl. jord) på dagen. Husk at vande dit træ godt. Medbring en grensaks og den pil du høstede i går. OBS. Der skal bruges lidt fingerkræfter.



Der kræves værkstedskort for at deltage. Har du ikke et værkstedskort, betales et engangsbeløb á 50 kr. Tilmelding i receptionerne senest den 4. februar. Max 6 personer.

OBS:Hvis du kun deltager om onsdagen, skal du selv medbringe pil.

Yoga i Alrummet.

Mandag kl. 9.00 - 10.30 den 5. januar – 8. juni

Hundested

Se nedenstående beskrivelse af træningen under Frederiksværk.

Forløbet er i perioden 5. jan. – 8. juni, dog er der ingen yoga d. 9. feb., 6. april og 25. maj. Pris 2000 kr. for 20 gange. Der er mulighed for at dele betalingen op i 2 rater. Ved tilmeldingen betales 1000 kr. og resten senest 4. marts. Max 18 personer.

Instruktør: Anne Leonora. Tilmelding i receptionerne

Yoga i Frirummet

Mandag kl. 11.30–13.00 den 5. januar – 8. juni

**Frederiks-
værk**

Yoga kan laves af alle, både mænd og kvinder, når blot der tages hensyn til den enkelte. Du skal kunne opholde dig på en måtte, lægge dig og rejse dig igen.

Der tages hensyn til nybegyndere, og som lettere øvet vil du også blive udfordret.



Yoga giver god energi og ofte vil du mærke, at du bliver glad af kombinationen af åndedræsteknik, fysiske øvelser og afslapning. Du skal have løstsiddende tøj på, medbringe en yogamåtte, et tæppe til at have over dig og evt. en pude. Du kan låne en yogamåtte, hvis du ikke har en.

Forløb den 5. jan.- 8 juni, bemærk ingen yoga d. 9. feb., 6. april og 25. maj. Pris 2000 kr. for 20 gange. Der er mulighed for at dele betalingen op i 2 rater. Ved tilmeldingen betales 1.000 kr. og resten betales senest 4. marts. Max 10 personer.

Instruktør: Anne Leonora. Tilmelding i receptionerne

Mandag

Paraplyens IT-hjælp i Vinkelsalen kl. 10.00 - 11.30 Mandag

Frederiks-
værk

Vi sidder klar til at hjælpe med spørgsmål ang. det meste indenfor IT.

Har du spørgsmål til iPad, skal du huske brugernavn og koden til dit Apple-id.

Bare mød op fra **kl. 10 til 11.30 i Vinkelsalen.**

Vi bliver længere ved behov. Vejledere: Povl, Randi, Søren.



Mandagskaffe

Mandag kl. 13.30 i Nørkleriet 1. sal

Hundested

Vi hygger os med kaffe, kage, sang, god snak og hyggeligt samvær. Betaling på dagen i cafeen.

Der er ingen tilmelding, bare mød op.

Frivillige: Annette, Karen Elise og Lise.



Ældresagens IT i Kulturrummet

Åbent hver mandag fra kl. 10.00 – 12.00

Hundested

Vi er frivillige fra Ældre Sagen, klar til at hjælpe med spørgsmål angående IT. Problemer med din telefon, tablet, laptop, Windows 10/11, Apple Mac. Vi hjælper også med E-mail, MitID, AppleID, iCloud, Google og andre programmer.

Ingen tilmelding, åbent for alle. Det er gratis.



Tirsdagskaffe i Vinkelsalen

Tirsdage kl. 14

Frederiks-
værk

Vi mødes i Vinkelsalen til et par timers samvær.

Vi drikker kaffe evt. med kage eller brød, betales på dagen. Der læses højt og synges et par sange.

Kig forbi og se, om det er noget for dig.

Ingen tilmelding, bare mød op. Frivillig Bente.



Onsdag

Aldresagens IT hjælp på 1. sal **Onsdag kl. 10.30 – 12.00**

**Frederiks-
værk**

Har du bøvnl med computer, tablet eller telefon, kom forbi, - vi prøver gerne at hjælpe dig.
Husk evt. brugernavne og adgangskoder.
Hjælp: Knud, Jørgen, Leif, Flemming.



Body SDS i Frirummet på 1. sal **Onsdage kl. 8.30 start den 21. januar**

**Frederiks-
værk**

Træningen forebygger og behandler kroppens skavanker.
Der er fokus på at smidiggøre led, korrigere kropsholdning og regulere muskelbalancer, energisystem og organsystem.
Vi bruger åndedrættet til at afbalancere krop og psyke.
Træningen afhjælper skavanker i fødder, knæ, hofter, lænd, ryg, skuldre, nakke og håndled. Den frigør spændinger, retter op på skævheder i kroppens væv, styrker og smidiggør leddene og forbedrer organernes funktioner.
Tilmelding i receptionerne.
Pris 450 kr. for 14 gange. Max. 12 deltagere. Instruktør: Kaj.

Modelbyggeri i " Værkstedet" søger deltagere. **Onsdage kl. 9 - 12**

Hundested

Et værksted for dig, der kan lide at arbejde med små hobbyting.
Vi bygger bla. modelskibe, dukkehuse, biler og huse. Vi hjælper og inspirerer hinanden. Ingen tilmelding – bare mød op.
Hvis du får lyst at blive skal du have et værkstedskort. Det koster 250 kr. årligt.



Torsdag og fredag

Herre madhold på 2 .sal ” Kvisten” søger deltagere. Torsdag kl. 12.30 – 18.00

**Frederiks-
værk**

Har du lyst at være med - kom og hils på, så kan du melde dig efterfølgende i receptionen.

Vi mødes først til en sildemad, herefter spiller vi billard og laver mad. Holdet indkøber og betaler selv de madvarer, der anvendes. Vi hjælpes ad. Holdgebyret er 200 kr. pr sæson.



**”Musik fra hjertet eftermiddag”
Fredag kl. 14 -16.30**

Hundested

Spiller du et instrument eller synger du - og vil du gerne gøre det med andre?

Har du en sang på hjertet – en som er specielt for dig på en særlig måde - måske en du har skrevet - har en god idé til - har ændret – ikke helt kan huske – eller en god gammel blues, som du gerne vil dele med andre? Så mød op i salen fredag eftermiddag.



Vores fokus er at skabe god lyd og glæde i fællesskab.

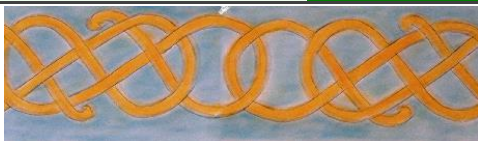
Det vigtige er, at komme med noget – uanset hvor god du er (eller ikke er) til at spille eller synge. Vi er ikke selv konservatorieudannede! Vi kan godt lide blues, rock og lignende rytmisk musik? Gerne improviseret.

Bare mød op – ingen tilmelding. Holdet er gratis. Ingen max antal. Frivillig Roger.

Fra Paraplyvæverne

Frederiks-
værk

Vi er ved at lægge sidste hånd på vores billedtæppe "Natur Glimt", og vi er allerede i gang med det næste tæppe.



Trenden er sat op og er 2,5 m. x 0,90 m. Kantvævning påbegyndt. Motivet til det nye tæppe er ikke helt på plads, men vi arbejder med Norden som emne. Vi har besluttet, at borduren skal være en vikingesnoning, og kartonen er klar til at blive sat op.

Der er købt nye garner takket være indtægten fra salg af vores folder, der fortæller om "Frisen" fra fortid til nutid. Den kan ses i Multisalen. Folderen kan købes på kontoret.

Kik ind i vinkelsalen og se, hvordan vævearbejdet skrider frem og få en snak med væverne hver fredag kl. 9.30 – 14.

Søndagsbio

Søndag den 11. januar kl. 13.00

**Frederiks-
værk**

Den danske film 'Rom' med Bodil Jørgensen og Kristian Halken i hovedrollerne.

Vi følger ægteparret Gerda og Kristoffer, der er taget på en forlænget weekendtur til Rom, hvor Gerda som ung gik på kunsthøjskole. Meningen med turen, er at fejre deres bryllupsdag og et langt ægteskab, men turen går dog ikke som forventet. Parret møder nemlig Gerdas karismatiske kunsthøjskolelærer og tidligere flamme, Johannes, hvilket sætter gang i en masse forviklinger.

'Rom' er instrueret af Niclas Bendixen, der tidligere har instrueret filmen 'Ditte & Louise'. Kunsthøjskolelæreren Johannes spilles af svenske Rolf Lassgård.

Der serveres kaffe og kage. Max 16 deltagere. Pris 60 kr. Tilmelding senest den 7. januar i receptionerne.



Søndagsbio

Søndag den 8. februar kl. 13.00

**Frederiks-
værk**

"Bastarden" den fattige soldat Ludvig Kahlen ankommer i 1755 til den gule jyske hede med et eneste mål, at følge kongens kald om at opdyrke jorden og derved selv opnå rigdom og ære. Men Kahlen får hurtigt en fjende. Den nådesløse godsejer, Frederik De Schinkel.

Han er eneherre på egnen og mener at heden tilhører ham og ikke kongen. Kahlen bøjer sig ikke, han tager stædigt den ulige kamp op og risikerer sit liv og båndet til den lille umage familie, som er opstået omkring ham på heden.



Der serveres kaffe og kage. Max 16 deltagere. Pris 60 kr. Tilmelding senest den 4. februar i receptionerne.

Besøg vores cafeer

Cafeen i Frederiksværk

- vi har åbent dagligt fra kl. 9.00 - 15.00

Du kan købe kaffe/te, brød med ost, kage, smørrebrød, råkost, dessert, og varm mad.

Varm mad skal bestilles,

både hvis man spiser i huset eller tager maden med hjem.

Du **skal** bestille din mad senest dagen før inden kl. 12.00. Ring til caféen på telefon **20 12 54 62** for at afgive bestilling. Pris 57 kr.



Afhentning af varm mad foregår i tidsrummet mellem **kl. 11.30 - 11.45**. Maden kan evt. sættes på køl.

Spisning indenfor foregår i tidsrummet mellem **kl. 12.00 - 12.30**

Café Gårdhaven i Hundested

- vi har åbent dagligt fra kl. 10.00 – 15.00 (fredag til kl.14.00)

Du kan købe hjemmebagte boller, kage, kaffe/te, øl, vand og vin.

Henover ugen vil der være smørrebrød, sandwich eller varme retter.

Varme retter oftest tirsdag og torsdag.

Spørg efter dagens tilbud.

Varm mad 57 kr.



Kig forbi eller ring til Tine på Cafe Gårdhavens tlf. 2054 6223.

Januar menu, Cafeen i Frederiksværk Bestil senest inden kl. 12.00 dagen før på tlf. 2012 5462. Varm mad pris 57 kr.

Uge 1

Fre. 2. **LUKKET**

Uge 2

Man. 5. Fiskefrikadeller, kartofler, sauce og grønt
Tir. 6. Strouganoff med kartoffelmos og grønt
Ons. 7. Boller i karry med ris og grønt
Tors. 8. Hønsekødssuppe med urter og boller, samt brød
Fre. 9. Nakkesteg med sauce, kartofler og grønt

Uge 3

Man. 12. Hjerter i flødesauce, kartoffelmos, sødt og surt
Tir. 13. Hamburgerryg, stuvet spinat og kartofler
Ons. 14. Tarteletter med høns i asparges og kartofler
Tors. 15. Stegt laks, sauce, kartofler og grønt
Fre. 16. Oksesteg med perleløg, sauce, kartofler og grønt

Uge 4

Man. 19. Mørbradgryde med pølser, bacon, ris og grønt
Tir. 20. Spinat/tomatlasagne med grønt og brød
Ons. 21. Forloren hare, sauce, kartofler og grønt
Tors. 22. Brunkål med nakkefilet, kartofler og rødbeder
Fre. 23. Skinkeschnitzel, br. kartofler, bearnaise og grønt

Uge 5

Man. 26. Fiskefilet, ovnkartofler, remouladesauce og grønt
Tir. 27. Kåldolmer, muscatsauce, kartofler og grønt
Ons. 28. Millionbøf med kartoffelmos og grønt
Tors. 29. Grøntsagsgryde med ris og grønt
Fre. 30. Helstegt kylling med sauce, kartofler og grønt

Aktivitetshuset Paraplyen, Frederiksværk afd.

Jernbanegade 2, 3300 Frederiksværk

Telefon 47 72 24 22 Åbent ml. 9-16

Motionsrummet i Frederiksværk

Telefon 20 12 60 25

Aktivitetshuset Paraplyen, Hundested afd.

Nørregade 61, 3390 Hundested

Telefon 47 78 53 05 Åbent ml. 9-16, fre. 9-15

Motionsrummet i Hundested

Telefon 20 49 61 24

Mail: aktivitetshuset@halsnaes.dk

Hjemmeside www.halsnaes.dk

PART OF

GREATER
CoPENHAGEN