

BEBOERHUSET

NOVEMBER 2020

Beboerhuset er åbnet i begrænset omfang med plads til ca. 45 gæster ved f.eks. et spisehus. Vi supplerer evt. med "take away" efter hvad situationen tillader og hvad madholdende ønsker at lave. Selskaber kan sidde sammen.

Privat udlejning er ligeledes genoptaget men husk at lovgivningen begrænser deltagerantallet i private arrangementer i Beboerhuset til 48 jf. retningslinjer om kvadratmeter.

Det er en rigtig god idé at følge med de aktuelle opdateringer vedr. fælles aktiviteter på Galgebakken på Facebook: "Henrik Aktivitetsmedarbejder". Beboerudlånet kan også kontaktes på 4364 7075 eller mail: udlaan@gbakken.dk



Mandag d.01.11. kl.15.00—18.00 **ÅBENT VÆRKSTED** v. Ervin. **Strikke hækleklub** kl.15.00



Tirsdag d. 02.11. kl.19.30 til 20.45 **Bevægelse og YOGA** for mænd

Onsdag d.03.11. kl.18.00 **SPISEHUS** v. Margit m.fl.

MENU: Hokkaido suppe m. humus, yoghurt dressing og lunt flutes **KR. 35 / 15**

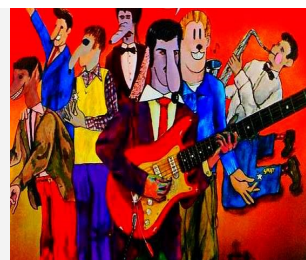


Fredag d.05.11. kl.18.00 **SPISEHUS** og **LEVENDE MUSIK** v. Mark 4.

MENU: Lammebov m. rodfrugter og salat **DESSERT:** Chokoladecake m. coullies og is

LEVENDE MUSIK fra kl. 20.00: med **Galgebakkens Ualmindelige Danseorkester**

Mikkel Høgsbro - sang og piano, Peter Jensen - Guitar, Adam Voss - kor og trommer, Carsten Schou - sang og bas spiller rock af gammel og nyere dato. **MENU:** kr. 75 / 30 Gratis adgang til musik!



Søndag d.07.11. kl. 11.00 **BØRNEYOGA** Vi laver yoga stillinger, leger og slutter af med mindfulness i ca.45 minutter. Medbring gerne yogamåtte og tæppe. Kl.11.00 til 11.45 for aldersgruppen 3 til 5 år og fra 12.00 til 12.45 for aldersgruppen 6 til 9 år. Julie Malene Witt er uddannet Børneyoga instruktør. **Gratis adgang**

Mandag d.08.11. kl.15.00—17.00 **Strikke hækleklub**

Tirsdag d. 09.11. kl.19.30 til 20.45 **Bevægelse og YOGA** for mænd

Onsdag d. 10.11. kl. 18.00 **SPISEHUS** v. Rita, Rie, Vibeke, Peter, Knud, Bertil og Henrik

MENU: Forloren and, m kartofler og sovs, samt traditionel kogt rødkålssalat **Pris:** 35 / 15



Torsdag d.25.11. kl.13.00 **Seniorklub**

Mandag d.15.11. kl.15.00—18.00 **ÅBENT VÆRKSTED** v. Ervin. **Strikke hækleklub** kl.15.00



Tirsdag d. 16.11. kl.19.30 til 20.45 **Bevægelse og YOGA** for mænd

Onsdag d. 17.11. kl. 18.00 **SPISEHUS** v. Over 1–2

MENU: Lime / citron marineret kyllingebryst med grøntsager, ris og kålsalat **Pris:** 35 / 15



Torsdag d.18.11. kl.19.00 **"From Roots to fruits" med Kenn Lending**

En rejse i sort amerikansk musik. Kenn Lending trækker på en erfaring, der er et resultat af en livslang fascination af sort amerikansk musik med Blues og Jazz som udgangspunkt. **Foredrag og musik.**



Billetter bestilles på Albertslund Bibliotek

Fredag d.19.11 kl.15.00—18.00 **FREDAGSBAR** Kom i tidligt julestemning og smag Beboerhusets bud på en skøn juleøl denne dag. **BARMENU:** Øl braiseret svinekød, kartoffelmos og syltede asier



Mandag d.22.11. kl.15.00 til 17.00 **Strikke-hækleklub**

Tirsdag d. 23.11. kl. 19.30—20.45 **Bevægelse og Yoga for mænd**

Onsdag d.24.11. kl.18.00 **SPISEHUS v.** Jytte, Olga, Anne-Marie m.fl.

KLIMAVENLIG MENU: Sej m. selleri og- kartoffelfritter, samt rucola tapernade **Kr. 35 / 15**



Torsdag d.25.11. kl.13.00 **Seniorklub**

Torsdag d.25.11. kl.17.00 **GALGEBAKKENS juletræ tændes**

Musik, gløgg, saftevand og pebernødder til alle på Torvet foran Beboerhu-



Mandag d.29.11. kl. 15.00 til 17.00 **Strikke-hækleklub**

Tirsdag d.30.11 kl. 19.30—20.45 **Bevægelse og Yoga for mænd**

CYKELVÆRKSTED HVER TORSDAG kl.15.00 til 18.00 kom og få gratis hjælp til at gøre din cykel køreklar igen. Du finder os ved Beboerudlånet på torvet.



Søndag d.19.12. kl.1400

Trolle og Tormod

Oplev børnenes favoritter Trolle og Tormod med deres sjove sange. Efter showet er der dans om juletræet og hvis alle børn har opført sig pænt er der store chancer for at selveste julemanden kommer med julegoder. Julesmåkager, saftevand, kaffe og te til alle. **Gratis adgang**



JULEKONCERT med Galgebakkens horn og kor ved Købmanden

Onsdag d.22.12. kl.18.00.
Gullaschsuppe, æbleskiver og gløgg til alle med kolde tæer.
(Gratis)

DECEMBER 2021

KORETS JULEMIDDAG og
JULEBANKO
lørdag d.04.12. kl. 18.00.
Flæsketeg og risalamande
Kr. 75 / 30
Bankoplader sælges i huset på dagen

DEADLINE

For næste beboerhus-seddel er fredag **d.19. November**

VI MANGLER FRIVILLIGE MADHOLD TIL SPISEHUSET FRA JANUAR!