

KULTURHUSET
BuĶetten

20 ÅRS JUBILÆUM



Efterår 2019

**TRÆDREJERPORTEN 3A
AVEDØRE STATIONSBY
2650 HVIDOVRE**

Lene Mobil: 50 84 39 53

E-MAIL: lct@hvidovre.dk

Hjemmeside: www.bugetten.hvidovre.dk

Sidenr.

1. Velkommen i BuQetten

BUQETTENS 20 ÅRS JUBILÆUM:

2. Åbent hus søndag den 1. september 2019
3. Jubilæums uge – aktiviteter i BuQetten tirsdag til torsdag
4. Jubilæums uge - foredrag i Enghøjhuset fredag

AKTIVETER I BUQETTEN:

Håndarbejde:

5. Lån/brug af symaskinerne, Strikketøjet/hækletøjet, Avedøres fletterier

Motion:

6. Babymassage, Cykling, Gå-hold
7. Mavedans

Motions- og sundhedscafe:

8. Motions- og sundhedscafe – 1 dag om ugen + 1 dag trænselv.

BANKO KL. 10-13:

9. Banko datoer + På tur sammen, forår 2020

TURE UD AF HUSET:

10. På tur til Frilandsmuseet i hestevogn.



Åbningstider i BuQetten:

Mandag	Kl. 10 – 14
Tirsdag	LUKKET
Onsdag	Kl. 10 – 14
Torsdag	Kl. 10 – 14
Hver 2. fredag	Kl. 10 – 14

NB! Der er lukket i dagtimerne i hele uge 36 – 2. september–6. september 2019

Velkommen til Kulturhuset BuQetten

Velkommen til efterår 2019.

BuQetten er blevet en "ung dame" og fylder **20 år den 1. september 2019**. Hvor blev årene af? Vi vil gerne fejre og hylde dette skønne hus med et brag af en fest. Vi fester i en hel uge.

ÅBENT HUS på selve fødselsdagen søndag den 1. september 2019 kl. 11 – 15 med taler, musik, dans, lidt mad og drikke mv. Borgmester Helle Adelborg kommer og skyder fødselsdagen i gang.

Ugen efter vil der være forskellige arrangementer i BuQettens lokaler. Som Bulgarsk dans, Avedøres fletterier v/Ritva, koncert og foredrag.

Se jubilæumsprogrammet på siderne 2 – 4.

Vi har lagt en lille lækker folder ind i programmet, som fortæller BuQettens historie men som også siger lidt om daglig dagen i BuQetten. Fortalt af 2 brugere af huset.

Kig forbi BuQettens hyggelige lokaler med strikketøjet, sytøjet eller blot snakketøjet. Uanset hvem og hvor du kommer fra, er du velkommen. Der er altid frisk kaffe/the på kanden.

Håber du har lyst til at bruge et eller flere af vores tilbud.

På gensyn i Kulturhuset BuQetten

Lene Christensen
Daglig leder



Gratis tilbud! NOGLE GANGE KAN DU BARE MØDE OP – ANDRE GANGE ER TILMELDING NØDVENDIG.

BuQettens 20 års jubilæum

**Åbent hus og reception
Søndag den 1. September kl. 11 – 15**

**Kik forbi vores hyggelige lokaler i Trædrejerporten 3A
og mød BuQettens mange frivillige kvinder.**

Program:

Kl. 11.00 Åbningstale v/Borgmester Helle Adelborg

Kl. 11.15 Afrikansk Dans v/Miriam

Kl. 11.45 Tale v/Leder af BuQetten Lene Christensen

Kl. 12.30 Bulgarsk dans ved Bulgarian Dance Club Folk Ritmi

Kl. 13.30 Joyful Nation – Gospelkor

Kl. 14.30 BuQettens mavedansere

Kl. 15.00 Tak for i dag.

**På P-plads foran BuQetten kommer:
DUI med deres hoppeborg**



**Teater Vestvolden præsenterer
Teaterbussen OG CHAPPER**

Sig hej til Linda fra fredags gymnastik, tag en snak med en sundhedsformidler OG/ELLER Tanja fra Sundhedscentrets projekt mht Diabetes.

Vi byder på lidt mad og drikke fra flere nationaliteter.

ALLE er velkomne til at kigge forbi, hilse på og se vores skønne hus.

BuQettens 20 års jubilæum

Vi fortsætter med at fejre vores jubilæum den efterfølgende uge.

Tirsdag den 3. september 2019 kl. 18.30-21.00



Vi fletter, hygger og nyder en kop kaffe eller the, hvor 2. tirsdag.
Har du lyst til at prøve selv, at flette de smukkeste tasker?

Onsdag den 4. september 2019 kl. 18.00 – 20.00

Bulgarsk dans ved Bulgarian Dance Club Folk Ritmi holder workshop. Kom og dans med disse skønne dansere. Man bliver glad inden i af, at danse med gruppen. Fri entre.

BuQetten byder på kaffe/the samt traditionelt brød/kage fra Bulgaren.



Torsdag den 5. september 2019 kl. 19.00 – 21.00

Køkkenkoncert i BuQetten med Mødregruppen Pot & Pande – sange fra "Venter på far" og Anne Dorthe Michelsens sangskab. Fri Entre.

BuQetten Byder på et glas vin eller kaffe/the.



**Der er fri entre til alle jubilæums arrangementer.
ALLE er velkomne til at deltage.**

BuQettens 20 års jubilæum

Vi fortsætter med at fejre vores jubilæum den efterfølgende uge.

Fredag den 6. september 2019 kl. 19.00 – 21.00

NB! Enghøjhusets Aula, Hovedstien 10, Avedøre



Foredrag med Soaud Taha

Der er gratis entre.

Billetter skal dog bestilles via Hvidovre Bibliotekernes billetsystem.

Dette er Soaud's fortælling som mor, kvinde, tilflytter til DK og ikke mindst om sit store frivillige arbejde hun udfører i Egedal Kommune, hvor hun nyder stor respekt for hendes kærlige omsorg for andre mennesker.

Med udgangspunkt i bogen: Fra Libanon til Lærkevej – samtaler vi aldrig har haft er en ærlig bog fyldt med overraskelser og erkendelser, megen gråd og endnu mere latter, som Soaud har lavet i samarbejde med sin søn Abdel. For første gang taler mor og søn sammen om alt det svære – fra krig til kærlighed. Og mens familiens historie folder sig ud, bliver det tillige et bevægende og tankevækkende indspark i den ofte skingre udlændingedebat. For både Souad og Abdel optræder i statistikkerne af mennesker med mellemøstlig baggrund, som politikerne ofte udråber til at være det største problem i Danmark.

BuQetten byder på kaffe/the og kage.

HÅNDARBEJDE

Lån/brug af symaskinerne i BuQetten

Du kan komme og låne/bruge en symaskine i BuQetten onsdage.

Strikke- og hækletøj

MANDAGE, ONSDAGE OG HVER 2. FREDAG

Vi sidder en gruppe kvinder mandag, onsdag og nogle fredage med strikke- og hækletøj. Vi hygger med kaffe/the og snak. Nogle er super dygtige og kan hjælpe med opskriver mv. Kom ned og spørg, eller blot kom forbi til en kop kaffe.

Der er **ikke** hjælp til syning eller hjælp til brug af symaskinerne alle onsdage så det er nødvendigt, du selv kan bruge maskinerne.



NU OGSÅ DEN SIDSTE SØNDAG HVER MÅNED.

Vi starter igen den 25. august 2019 kl. 10-16. Det er gratis at deltage. Tilmelding er nødvendig til Pia Falke Daimo, mobil 23 61 21 80.

Der er ikke en underviser, men vi hjælper hinanden på disse søndage.

HUSK! Det gælder alle dage

Medbring selv dit stof, garn/tråd, papir m.v.

Vi har maskiner du kan låne. Nåle skal købes i BuQetten for kr. 5,00.



Avedøres Fletterier

TIRSDAGE I LIGE UGER KL. 18.30 – 21.00

Det er gratis at deltage.



Vi er en gruppe der mødes hver 2. tirsdag i BuQetten. Vi fletter, hygger og nyder en kop kaffe eller the.

Har du lyst til at være kreativ og være med?

Du skal selv have materialer med. Ring og hør Ritva hvad du skal have med til 1. gang.

Underviser: Ritva, mobil 28 15 42 67

MOTION

babymassage

ER I EN GRUPPE SMÅBØRNS FORÆLDRE?

I ER VELKOMNE TIL SELV AT AFTALE EN DAG MED CAROLINE.

Du lærer en teknik som du selv kan bruge derhjemme.

Medbring håndklæde.

Undervisningen foregår i BuQettens lokaler.

Tilmelding nødvendig.

Underviser: Caroline Andrade, mobil: 20 11 42 05



Vil du lære at cykle??

MANDAGE + ONSDAGE kl. 10 – 14.

Ring eller kom og lav en aftale med Lene.

Du kan få undervisning / træning på cyklen mandage eller onsdage.

Vi har cykler med og uden støttehjul til voksne.

Den 1. gang du kommer får du undervisning.

De efterfølgende gange låner du cyklen og øver dig...

MØDESTED: BuQetten



Gå-hold

MANDAGE KL. 10.00 Vi går præcis fra BuQetten.

Vi mødes ca. kl. 9.55 i BuQetten og planlægger turen sammen.

Kom og gå med. Vi er et mindre hold der går sammen. Det er god motion på en hyggelig måde.



Mavedans

MANDAGE

Pris: kr. 350,00 for voksne hele perioden.

Begyndere kl. 16.00 – 17.30

Vi træner grundtrin og trin fra den koreografi vi er ved at lære.

Øvede kl. 17.30 – 19.00

Vi træner de koreografier som vi har lært

At danse i BuQetten er ikke som at deltage på et aftenskolehold.

Vi har tid til at danse og snakke.

Det er jer der bestemmer tempoet, det er ikke kun et spørgsmål om at lære koreografier.

Der findes ikke et gylden mål på en mavedanser. Der er plads til alle.

Store små, høje og lave, brede og smalle - alle kan lære at danse mavedans.

Medbring dit gode humør, noget tøj du kan bevæge dig i og et møntbælte (kan altid lånes af mig).

Du opdager muskler du ikke anede du havde

Du får en god holdning.

Du arbejder med balance og grounding. Der arbejdes både med højre og venstre side af din krop.

Du for styrket din koordinering (som er vigtig for indlæring)

Det er godt for ryggen at danse.

Du kommer i kontakt med din feminine side af dig selv.

Underviser: Pia Falke Daimo, mobil 23 61 21 80



Motions- og sundhedscafe

I samarbejde med Sundhedscentret tilbydes motion til alle kvinder. Det foregår i BuQettens gymnastiksal.

Fredage kl. 9.30 – 11.30

Den 1. time:

Vil der blive undervist i motion af Linda / Sundhedsformidlerne.

Den 2. time:

Efter motionen hygger vi med kaffe/the og frugt.

Det koster kr. 30,00 pr. måned.

Tag løst tøj på, et håndklæde til måtten og en flaske vand.

Kom og vær med til motion og hygge. Vi glæder os til at se dig.



Tirsdage kl. 15.00 – 17.30 - Selvtræning.

Vi mødes og træner selv.

Åse åbner døren om tirsdagen.



Banko fredage kl. 10 -13

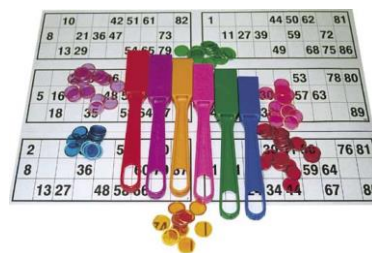
Vi fortsætter vores Banko spil en gang pr. måned i efterår/vinter månederne.

Pris: 1 plade 10 kr. og 3 plader 25.

Det vil være muligt af købe kaffe/the til kr. 3,00 pr. kop.

Banko i efteråret:

Den 13. september 2019	BANKO
Den 11. oktober 2019	BANKO
Den 8. november 2019	BANKO
Den 13. december 2019	JULEBANKO



På tur sammen – vi spiser frokost sammen – vi hygger sammen

Vi starter et nyt tilbud op til forår 2020. Hvor vi en fredag om måneden tager på tur. Det kan være vi tager cyklerne ud og se nogle af de andre kæmper i andre byer. Det kan være en tur ud i det grønne eller til stranden med Lenes lille grill.

Kendetegnet for disse ture er, at det er gratis ture, hvor madpakke, kaffe mv kan medbringes.

Har DU ideer til hvor vi skal tage hen, er du velkommen til at sige dem højt.



Ture ud af huset

En tur på Frilandsmuseet i Hestevogn

Fredag den 20. september 2019 kl. 11.00 pris kr. 75,00

(vi mødes på Avedøre station kl. 10.00)

Et stort ønske fra BuQettens brugere bliver nu opfyldt. Efterårets tur går til Frilandsmuseet som ligger i Lyngby.

Det gamle Danmark vist og fortalt med bygninger, haver, gårde mm.

Vi skal køre i **hestevogn** 1 times tid, hvor vi kommer til at se det meste af museet. Der vil være små stop undervejs.

Vi kommer bla forbi Frilandsmuseets gård fra Bornholm hed Damaskegård, og lå i Østerlars sogn. Dens ejerhistorie går tilbage til slutningen af 1600-tallet. En af de første kendte ejere hed Jep Andersen. Omkring 1810 overtog Ared Weidemann Ipsen gården.



Efter hestevognsturen trænger vi helt bestemt til en kop kaffe/the samt kage, som vi har medbragt hjemmefra. Vi nyder det medbragte i Frilandsmuseets indrettet picnic have.

Har man behov for frokost, kan den medbringes eller købes i Cafeen på museet.

Frokost og transport er for egen regning.

Tilmelding og betaling skal ske i BuQetten.

PÅ GENSYN I BUQETTEN