

LIVSGLEDE i ULLENSAKER - for seniorer -

NOVEMBER 2025

Lørdag 1. nov.



Den Store Kinodagen på Ullensaker kino

Velkommen til årets store kinofest. Halv pris på billetter, utvidet program og massevis av kinomoro! For kinoprogram se www.ullensakerkino.no
Arr: Ullensaker kino

Lørdag 1. nov.



Lunsjkonserter kl. 1300, Jessheim kirke

I dag får vi høre kirkekoret Voce med dirigent Leni Katla Botilsrud.
Arr: Jessheim og Hovin menighet

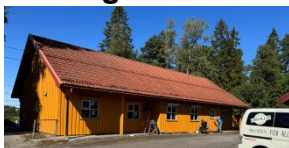
Søndag 2. nov.



Historisk tur med 80-års jubileum i Trandumskogen kl. 1200

For oppmøte sted og mer info se <https://ullensaker.dntoslo.no>
Arr: Ullensaker turlag

Søndag 2. nov.



Grendekveld i Nordkisa kl. 1800, Nordkisa frivilligsentral

Velkommen til en hyggelig sosial samling med ettermiddagskaffe og den gode praten. Ta med venner og kjente. Vi sees!
Arr: Ullensaker frivilligsentral

Mandag 3. nov



Lesesirkel kl. 1300, Jessheim bibliotek

Dagens bok: «I begynnelsen var mødrene» av Kjersti Ericsson.
Lesesirkelen er et tilbud til voksne som liker å lese, og som har lyst til snakke om og diskutere bøker. Her er det ingen påmelding, men du bør ha lest boka på forhånd. Du deltar de gangene du har lyst og anledning, og vi hjelper gjerne til med å skaffe boka. Arr: Ullensaker bibliotek

Mandag 3. nov.



Utvikling av nye medisiner kl. 1900-2000, Kløfta rotary klubbhus

Foredrag om utvikling av nye legemidler v/ Else Dahle Hveem.
Arr: Kløfta Rotaryklubb

Tirsdag 4. nov.



Kløfta kulturkafé: Underholdning v/ UllJazz

kl. 1100-1300, Kløfta velhus
Kaffe og vaffel kr. 80 inkl. en overraskelse for en besøkende.
Arr: Kløfta vel, Frivilligsentralen

Tirsdag 4. nov.

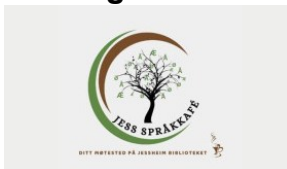


Seniornett: Datakafé kl. 1330-1430, Frivillighetens hus

Et sted for å utveksle og løse utfordringer ved bruk av mobil, nettbrett og PC. Du kan ta med PC, nettbrett eller mobil og stille spørsmål om ting du lurer på. Eller du kan bare stikke innom og slå av en prat og høre hva som tas opp denne gangen. Tidligere IT-folk vil være til stede og vi er også så heldige å ha med en fra Seniornetts hjelpetelefon.

Arr: Seniornett Ullensaker

Tirsdag 4. nov.



JESS Språkkafé kl. 1700-1830, Jessheim bibliotek

Lær deg norsk på JESS Språkkafé! Har du lyst til å bli bedre i norsk og bli kjent med andre? Kom og øv deg på å snakke norsk på vår språk kafé. Både deltagere og frivillige snakker norsk, og drikker en kopp kaffe eller te sammen. Drop-in. Ingen registrering. Arr: Ullensaker bibliotek

Tirsdag 4. nov.



Om boken «To mistenkelige personer» kl. 1900-2000, Borgen klubbhus

Ida K. Lauten Edvardsen leser utdrag fra boka «To mistenkelige personer» av Gunnar Larsen. Utdragene vil omhandle lensmanns mordernes handlinger og opphold i Kløfta- og Borgenområdet.

Kaffe og kake kr. 50. Arr: Børge-Borgere

Onsdag 5. nov.



Lunsjkonsert med Wollert Krohn-Hansen og Maren Sæther kl. 1130, Ullensaker kirke

Wollert Krohn-Hansen (orgel og piano) og Maren Sæther (sang) fyller kirkerommet med varme toner og høststemning. Du får høre alt fra Over the Rainbow og Lullaby of Birdland til Den fyrste song – med innslag av både jazz, folk og vakre viser på norsk, svensk og engelsk. Vil du bli med på lunsj etter konserten? Meld deg på via billett-lenken under, eller SMS til Wollert på 40475684. Arr: Ullensaker menighet

Onsdag 5. nov



Bok-kaffe: Høstens langlesing del 2 kl. 1200-1300, Kløfta bibliotek

Beate leser en bok fra begynnelse til slutt, fordelt på tre Bok-kaffer. Kløfta bibliotek inviterer til bok-kaffe og tilbyr ulike former for litterære drypp hver onsdag. Har du lest noe du kunne tenke deg å dele er du hjertelig velkommen til å delta. Enkel servering. Fri entré.

Arr: Ullensaker bibliotek

Onsdag 5. nov.



Forfatterbesøk med Hallgeir Opedal kl. 1900, Jessheim bibliotek

Møt forfatter og journalist Hallgeir Opedal. Gjennom fire reiser drar Hallgeir Opedal inn i våre naboland Sverige, Danmark, Finland og Island, og forteller om årsakene til at de er blitt som de er blitt. Historiene, beslutningene, krigene, menneskene, traumene, nederlagene og anekdotene. Samtidig skildrer han sin egen ferd med høyst ulike transportmidler med humor, varme og selvironi. Servering av kaffe og te med litt attåt.

Arr: Foreningen Norden Øvre Romerike, Ullensaker bibliotek

Torsdag 6. nov.



Formiddagstreff på Mogreina kl. 1030-1230

Den første torsdagen i hver måned er det formiddagstreff med gåtur og lunsj i Mogreina menighetshus. Det er oppmøte ved Mogreina menighetshus kl. 10.30 med ca. en times gåtur i nærmiljøet, som avsluttes med lunsj-spleis etterpå. Turen er for alle aldre, og det gjennomføres på stier som egner seg også for barnevogner.

Arr: Mogreina menighet

Torsdag 6. nov.



Einar Lunde: "Den nye silkeveien"

kl. 1200-1330, Ullensaker kulturhus

Einar Lunde forteller om hvordan Kina gjennom sitt enorme infrastruktur og investeringsprosjekt kjent som Belt and Road Initiative (BRI) bygger opp en moderne versjon av den gamle silkeveien

11.30: Dørene åpnes. Kaffe og vaffel kr 40/ kr. 20 pr del.

12.00: Musikalsk innslag

12.15: Foredrag

Bill: 100 for ikke-medlemmer/ gratis for medlemmer.

Arr: Øvre Romerike pensjonistuniversitet

Torsdag 6. nov.



Kåseri om skogens dikter Hans Børli

kl. 1600, Nordkisa frivilligsentral

Velkommen til kåseri om Hans Børli.

Enkel servering. Fri entré.

Arr: Ullensaker frivilligsentral

Torsdag 6. nov.



Språkkafé kl. 1730-1930, Jessheim kirke

Språkkafé er en flerkulturell møteplass for mennesker i alle aldre. Det er ulikt program fra gang til gang, men fokuset er på å snakke norsk sammen og bli kjent med nye mennesker.

Arr: Den norske kirke i Ullensaker

Torsdag 6. nov.



Debatt på biblioteket: Hva er en god lokalavis?

kl. 1900, Jessheim bibliotek

Hva mener avisredaktører er viktig å dekke av saker og hendelser i lokalmiljøet for å være en god lokalavis? Lokalaviser i området er invitert for å belyse hva ei god lokalavis er og skal være i 2025. Møt Mads Yngve Storvik, redaktør i RB, Øyvind Mo Larsen, redaktør i Jessheim puls og Fred C. Gjerstad, redaktør i Raumnes. Ordstyrer John Granly.

Arr: Ullensaker bibliotek

Torsdag 6. nov.



Allsangkonsert «Lys imot mørketida» kl. 1900, Ullensaker kirke

Allsangkonsert med Wollert Krohn-Hansen på tangenter, Linn Asak Andersen som solist, Lars Frank på klarinett og 4 forsangere fra kammerkoret Kolon. Det blir en god blanding av populære viser og salmer samt solist-innslag - det meste til et svingende tonefølge.

Arr: Allsang i Ullensaker

Fredag 7. nov.



Pakkhusets kulturkafé: Underholdning v/ M & M

kl. 1030-1200, Frivillighetens hus

Underholdning/foredrag starter kl. 1100. Kr. 65 inkl. kaffe og kake.

Arr: Ullensaker frivilligsentral

Fredag 7. nov.



Åpent hus på Kløfta gamle skole kl. 1300-1500

Vi serverer kaffe og kaker. Utlodning. Gratis inngang.

Arr: Venneforeningen Kløfta gamle skole

Fredag 7. nov.

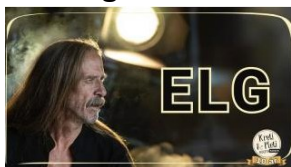


Per Kjerstad - En førbainna nordlending

kl. 1900, Ullensaker kulturhus

I "En førbainna nordlending" vil du som publikum få oppleve, Per Kjerstad, en av landets ypperste sceneformidlere i en slagkraftig og morsom, særdeles ærlig og innimellom i overkant alvorlig time i en deilig hybrid mellom standup og storytelling. Arr: Ullensaker kulturhus

Fredag 7. nov.



ELG kl. 2000, Kulturbanken Kreti & Pleti

Frontvokalisten i "Dance With a Stranger", har over flere tiår bygget opp egen solokarriere, og med tiden utviklet seg til å bli en av våre mest populære artister. En konsert med ELG består av et godt utvalg av både egne – og publikums favorittlåter. Arr: Kulturbanken Kreti & Pleti

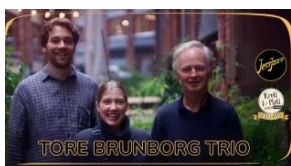
8. og 9. nov.



Malekurs for nybegynnere v/ kunstner Greta Karine Braathen kl. 1000-1600, Frivillighetens hus

Gratis 2-dagers kurs. Vi håper mange flerkulturelle i Ullensaker melder seg på kurset som er åpent for alle. Fortløpende påmelding til Greta Karine Braathen gretakarinebraa@gmail.com. Støttet av tilskudd fra IMDi. Siste mulighet i høst blir: 6+7 des. Arr: Ullensaker frivilligsentral

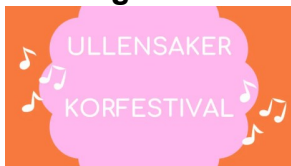
Lørdag 8. nov.



Jazz ettermiddagskonsert med Tore Brunborg Trio kl. 1500, Kulturbanken Kreti & Pleti

Vossingen Tore Brunborg har vært en sentral skikkelse i norsk jazz siden 80-tallet. Nå er saksofonisten tilbake med en helt ny trio med to sterke stemmer fra den yngre generasjonen av norske jazzmusikere. I møte med Veslemøy Narvesens lekne trommespill og Bárður Reinert Poulsens luftige og solide bass, tar musikken mange ulike retninger, både underfundig, mystisk, drivende og kokende. Arr: Kulturbanken Kreti & Pleti

Søndag 9. nov.



Ullensaker korfestival kl. 1600, Ullensaker kulturhus

Vi gleder oss til en festkonsert, med alle de flotte korene våre- og med et strålende opplagt festival-band! Deltakere: Ullensakerkoret, Jessheim jentekor, Mødrekoret, Kolon, Ullensaker kirkekor, Voce, barnekorene i Ullensaker-menighetene, Good Vibrations showkor, Vision, Kisa-koret. Arr: Ullensaker kulturhus

Søndag 9. nov.



Grendekveld på Kløfta kl. 1700, Kløfta frivilligesentral

Velkommen til en hyggelig sosial samling med ettermiddagskaffe og den gode praten. Ta med venner og kjente. Vi sees! Arr: Ullensaker frivilligsentral

Mandag 10. nov.



Seniorkafé: Oppfølging av vedtak etter fra Human-Etisk Forbunds landsmøte september 2025? kl. 1200, Jessheim bibliotek, 2. etg.

Samtale med Human-Etisk Forbunds styreleder Christian Lomsdalen om oppfølging av vedtak fra HEFs landsmøte september 2025! Her får du mulighet til å stille spørsmål og diskutere hvordan vedtakene fra landsmøtet kal følges opp. Arr: Human-Etisk Forbund v Ullensaker & Nannestad lokallag

Mandag 10. nov.



Strikk & lytt kl. 1300-1400, Jessheim bibliotek

For deg som er glad i håndarbeid og bøker. Mens bibliotekets ansatte leser høyt utdrag fra romaner, noveller eller dikt, kan tilhørerne lene seg tilbake og bare lytte – eller strikke og brodere mens de lytter. Enkel servering. Gratis. Arr: Ullensaker bibliotek

Tirsdag 11. nov.



Seniornett: Hva må jeg gjøre når jeg har fått nytt bankkort? kl. 1330-1430, Frivillighetens hus

Når du får nytt bankkort, er det noen viktige ting du bør gjøre for å sikre at kortet fungerer som det skal og at du unngår problemer med betalinger. Kristin Smedheim vil i dag guide oss gjennom forhold vi må tenke på. Arr: Seniornett Ullensaker

Tirsdag 11. nov.



**Foredrag om Hans Børli v/ Trond Klaape
kl. 1900, Kløfta gamle skole**

Trond Klaape er fra Vestre Gausdal. Han er kulturformidler og bonde. Han har arbeidet mange år innen psykisk helse, undervisning og formidling. Han gjestet oss i våres med et foredrag om Alf Prøysen. Denne kvelden kommer han med et foredrag om Hans Børli. Arr: Venneforeningen Kløfta gamle skole

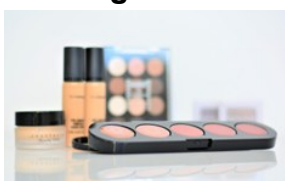
Onsdag 12. nov



Bok-kaffe: Nordisk litteratur kl. 1200-1300, Kløfta bibliotek

Kløfta bibliotek inviterer til bok-kaffe og tilbyr ulike former for litterære drypp hver onsdag. Har du lest noe du kunne tenke deg å dele er du hjertelig velkommen til å delta. Enkel servering. Fri entré. Arr: Ullensaker bibliotek

Onsdag 12. nov.



Hudpleie- og sminkeopplæring kl. 1600-1800, Frivillighetens hus

Hyggelig samling med fokus på egenpleie, glød og gode skjønnhetstips. To erfarne konsulenter kommer til oss for å lære bort enkle rutiner og vise hvordan du kan få det beste ut av huden din – uansett alder og er faring. Det blir: Praktisk opplæring og veiledning, tips til hudpleie og sminke, gode produkter du får teste. Alle som kommer får en liten gave. Sosialt, uformelt og mulighet å kjøpe produkter om man ønsker det, men absolutt ikke noe krav. Arrangementet er lagt opp som læring og inspirasjon – dette blir moro! **Fortløpende bindene påmelding** frivilligsentralen@ullensaker.kommune.no Maks 30 plasser . Arr: Ullensaker frivilligsentral

Torsdag 13. nov.



Temakveld om tapserfaringer, sorg og håp kl. 1900, Jessheim kirke

Temakveld for dere som har mistet noen dere er glad i, i død. Diakonene Marianne Kraft Muri og Rita Kristoffersen deler noen tanker om hva sorg er og hvordan den kan påvirke oss. Vi ønsker at dette skal være en kveld hvor man kan finne trøst, snakke sammen og møte andre i lignende situasjoner. Enkel kveldsmat. Gratis inngang. Ved spørsmål/ påmelding: rita.kristoffersen@ullensaker.kirkene.net / tlf. 470 17 544 (man– tors 09-16) innen 6. november. Arr: Menighetene i Ullensaker

Fredag 14. nov.



**Pakkhusets kulturkafé: Underholdning v/ Raymond Løvhaugen
kl. 1030-1200, Frivillighetens hus**

Underholdning/foredrag starter kl. 1100. Kr. 65 inkl. kaffe og kake. Arr: Ullensaker frivilligsentral

Fredag 14. nov.



Neil Young 80 år! kl. 1900, Kulturbanken Kreti og Pleti

Det blir utstilling, historier, samtaler, nerding, egne tolkninger av låtene og selvfølgelig Neil Young på anlegget hele kvelden. Kvelden ledes av Thore Ottershagen, Neil Young-samler og quizmaster for Kulturbankens musikkquiz. Med seg har han Jørgen Reitan, prosjektleder i All Things Live og leder i Viseklubben Nummer 53. Arr: Kulturbanken Kreti & Pleti

Lørdag 15. nov.



Mick Rogers kl. 2000, Kulturbanken Kreti og Pleti

Mick Rogers, gitarist og vokalist i Manfred Mann's Earth Band gjør sin første solo tour i Norge i april 2025: "The Rogerama Tour – The history of the Rock Guitar" . Vi kan forvente å høre noen av Mick's egne versjoner av Earth Band sanger, en del egne låter samt noe "Rockabilly". Arr: Kulturbanken Kreti & Pleti

Søndag 16. nov.



Grendekveld på Jessheim kl. 1800, Frivillighetens hus

Velkommen til en hyggelig sosial samling med ettermiddagskaffe og den gode praten. Ta med venner og kjente. Vi sees!

Arr: Ullensaker frivilligsentral

Søndag 16. nov.



Heroes VIII - Veldedighetskonsert kl. 1800, Ullensaker kulturhus

Årets Heroes VIII byr på et mangfold av uttrykk – med artister som Knut Reiersrud, Stina Stenerud, Stian Borgen, Petter Baarli & Knut Erik Paulsen, SVADA, ADAM fra Gaza og dansere fra JVS. I tillegg deltar Kjersti Fiveland og Abdullah Abudayya, begge bosatt i Ullensaker, med sterke og langvarige bånd til Gaza og tett samarbeid med NORWAC (Norwegian Aid Committee). Årets innsamling går til medisinsk nødhjelp i Gaza. Arr: Ullensaker kulturhus

Mandag 17. nov.



BokPrat med bibliotekarene kl. 1300, Jessheim bibliotek

På jakt etter godt lesestoff? - Ta turen innom biblioteket og få med deg bibliotekarenes anbefalinger, mens du koser deg med en kopp kaffe og noe å bite i. Vi graver fram godbiter fra hyllene. Både nye og gamle, morsomme og spennende, fine og triste. Arr: Ullensaker bibliotek

Mandag 17. nov.



Julefeiring og juletradisjoner på avsidesliggjande stader v/ Oddgeir Bruaset kl. 1700, Frivillighetens hus

Foredrag om julefeiring og juletradisjoner v/ Oddgeir Bruaset kjent fra «Der ingen kunne tru at nokon kunne bu». Enkel servering. Utlodning. Fri entré. Arr: Ullensaker frivilligsentral

Tirsdag 18. nov.



Kløfta kulturkafé: Jazzmusikk v/ Løs Snipp kl. 1100-1300, Kløfta velhus

Kaffe og vaffel kr. 80 inkl. en overraskelse for en besøkende. Arr: Kløfta vel, Frivilligsentralen

Tirsdag 18. nov.



Seniornett: Foredrag om KOMP v/ Bente Støverud kl. 1330-1430, Frivillighetens hus

Komp er en ukomplisert datamaskin med kun én knapp. Den kan motta bilder, tekstmeldinger og videosamtaler fra venner og familie medlemmer som er tilkoblet den via en app. Når familien ringer svarer Komp automatisk etter 10 sekunder om den er skrudd på. Bilder og meldinger rullerer på skjermen. Arr: Seniornett Ullensaker

Tirsdag 18. nov.



JESS Språkkafé kl. 1700-1830, Jessheim bibliotek

Lær deg norsk på JESS Språkkafé! Har du lyst til å bli bedre i norsk og bli kjent med andre? Kom og øv deg på å snakke norsk på vår språk kafé. Både deltagere og frivillige snakker norsk, og drikker en kopp kaffe eller te sammen. Drop-in. Ingen registrering. Arr: Ullensaker bibliotek

Onsdag 19. nov.



Julemarked i Nordkisa kl. 1100-1400, Nordkisa frivilligsentral

Salg av hjemmelagde produkter. Salg av kaffe og vafler. Utlodning. Ønsker du å selge dine produkter? - ta kontakt med Frivilligsentralen. Arr: Ullensaker frivilligsentral

Onsdag 19. nov

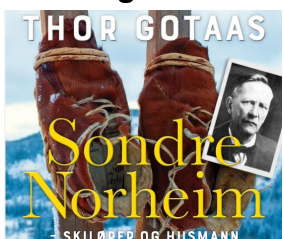


Bok-kaffe: Høstens langlesing del 3. kl. 1200-1300, Kløfta bibliotek

Beate leser en bok fra begynnelse til slutt, fordelt på tre Bok-kaffer. Kløfta bibliotek inviterer til bok-kaffe og tilbyr ulike former for litterære drypp hver onsdag. Har du lest noe du kunne tenke deg å dele er du hjertelig velkommen til å delta. Enkel servering. Fri entré.

Arr: Ullensaker bibliotek

Torsdag 20. nov.



Sondre Norheim v/ Thor Gotaas kl. 1900, Frivillighetens hus

Thor Gotaas, Norges fremste skihistoriker, følger Norheims spor – fra barndommens lek i bakkene til den tunge ferden over Atlanteren. Med fortellerglede og dyp kunnskap tegner han et fascinerende portrett av en mann som for alltid satte sitt merke i skihistorien.

Arr: Ullensaker historielag



Thomas Engers Krimfestival 2025

20. - 21. november



For tredje år på rad inviterer Thomas Enger til krimfestival på Kulturbanken Kreti & Pleti på Jessheim. Som alltid blir det samtaler, signeringer, overraskelser og muligheten til å møte noen av landets mest engasjerende krimstemmer.



Torsdag 20. november - foreløpig program

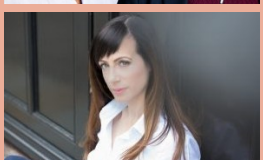
1800-1840 Karin Fossum

1900-1940 Sun Heidi Sæbø & Tobias Strøm-Blakstad

2000-2040 Torkil Damhaug & Abid Raja

2100-2140 Øystein Milli (true crime)

2200-2240 Sven Petter Næss og Ruth Lillegraven



Fredag 21. november (foreløpig program)

Johana Gustawsson

Ulrik Høisæther og Gard Sveen

Anne Holt

Eva Frøtheim og Thomas Bagger

Per Asle Rustad (true crime).



Følg med på www.facebook.com/kulturbankenjessheim

Arr: Thomas Engers Krimfestival

Fredag 21. nov.

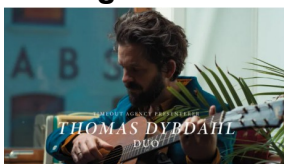


Pakkhusets kulturkafé: Underholdning v/ Ullensaker veterankorps kl. 1030-1200, Frivillighetens hus

Underholdning/foredrag starter kl. 1100. Kr. 65 inkl. kaffe og kake.

Arr: Ullensaker frivilligsentral

Fredag 21. nov.



Thomas Dybdahl Duo kl. 1900, Ullensaker kulturhus

En duokonsert med Thomas Dybdahl er en sjanse til å høre låtene hans slik de ble til opprinnelig. I tillegg til å presentere klassikere fra en lang karriere spiller han også nyutgitt og nyskrevet materiale. I duoformat har Thomas med seg Vegard Lien Bjerkan på piano/flygel.

Arr: Ullensaker kulturhus

Lørdag 22. nov.



Julemarked på Jessheim kl. 1100-1600, Frivillighetens hus

Salg av hjemmelagde produkter.

Salg av kaffe, vafler med mer i Høvleri kafé.

Arr: Ullensaker frivilligsentral

Lørdag 22. nov.



Offisiell åpning - Kunstforeningens fotoklubb—medlemsutstilling kl. 1400, Galleri Jessheim

Maleklubbens medlemsutstilling i Galleri Jessheim er en årlig tradisjon der flertallet av de 60 medlemmene får vist fram sin arbeider.

Utstillingsperiode 25. oktober - 9. november. Fri entré.

Arr: Ullensaker kunstforening

Søndag 23. nov.



Musikkbingo «Norsk musikk» kl. 1800, Nordkisa frivilligsentral

Dagens tema: Norsk musikk.

Servering av kaffe og kake. Kr. 50 pr. brett.

Arr: Ullensaker frivilligsentral

Mandag 24. nov.



Delt leseopplevelse kl. 1300, Jessheim bibliotek

Har du lyst til å være med på en litt annerledes leseopplevelse? Vi samles i en liten gruppe på biblioteket, og leser en novelle og et dikt høyt. Det kreves ingen forberedelser, og du må ikke si noe for å delta i lesefellesskapet. Konseptet tar utgangspunkt i Shared Reading-metoden, og ledes av leseleder Guro Bye-Johnsen. Samme novelle leses torsdag 27. nov. Arr: Ullensaker bibliotek

Mandag 24. nov.



Presisjonssprøyting i korn. Nyutvikling av teknologi!

Kl. 1900, Kløfta Rotary klubbhus

Foredrag om presisjonssprøyting i kornproduksjon, ny teknologi v/ Elisabeth Morthen.

Arr: Kløfta Rotary

Tirsdag 25. nov.



Seniornett: Kurs i regneark med fokus på Excel v/Solveig

Kjærvik og Bjørn Støverud kl. 1330-1430, Frivillighetens hus

Kurset tar for seg: Grunnleggende bruk av Excel, enkle funksjoner og formatering, enkle formler, praktisk øvelse f.eks. hvordan lage et budsjett i regnearket. Kurset passer for alle som har lyst til å lære litt om regneark og hvordan du kan bruke det i praksis. Ta med PC eller Nett brett der du har installert regneark. Arr: Seniornett Ullensaker

Onsdag 26. nov



Bok-kaffe: Quiz med Hans Ødegaard kl. 1200-1300, Kløfta bibliotek

Kløfta bibliotek inviterer til bok-kaffe og tilbyr ulike former for litterære drypp hver onsdag. Har du lest noe du kunne tenke deg å dele er du hjertelig velkommen til å delta. Enkel servering. Fri entré.

Arr: Ullensaker bibliotek

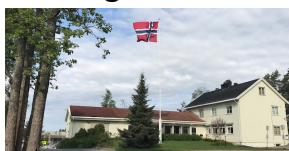
Onsdag 26. nov.



Strikketreff på Mogreina kl. 1900-2100, Mogreina menighetshus

Strikkekafeen er for folk i alle aldre. Det er for deg som vil strikke eller drive med annet håndarbeid - eller bare prate. Gratis. Servering av kaffe. Arr: Mogreina menighet

Onsdag 26. nov.



Forskning på kvinnehelse - tarmkreft kl. 1900, Lykkebo, Jessheim

Foredrag fra en av våre eksperter på forskning på tarmkreft hos kvinner.

Arr: Ullensaker sanitetsforening

Torsdag 27. nov.



Delt leseopplevelse kl. 1900, Jessheim bibliotek

Har du lyst til å være med på en litt annerledes leseopplevelse? Vi samles i en liten gruppe på biblioteket, og leser en novelle og et dikt høyt. Det kreves ingen forberedelser, og du må ikke si noe for å delta i lesefellesskapet. Konseptet tar utgangspunkt i Shared Reading-metoden, og ledes av leseleder Guro Bye-Johnsen. Samme novelle leses mandag 24. nov. Arr: Ullensaker bibliotek

Fredag 28. nov.



Pakkhusets kulturkafé: «Det lyser i stille grender»

**v/ Germaine Bouts Hexeberg og Morten Fagerli
kl. 1030-1200, Frivillighetens hus**

Underholdning/foredrag starter kl. 1100. Kr. 65 inkl. kaffe og kake.
Arr: Ullensaker frivilligsentral

Fredag 28. nov.

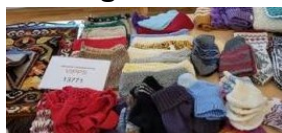


Midnattskonsert 2025 med Kløftakoret

kl. 1900 og kl. 2300, Ullensaker kirke

Kløftakoret feirer 40-årsjubileum og inviterer til vår tradisjonsrike Midnattskonsert - dobbelt opp! Vi inviterer til vår sedvanlige Midnatts konsert og håper mange vil oppleve den magiske adventsnatta med oss. Arr: Kløftakoret

Lørdag 29. nov.



Julebasar med hjemmelagde produkter kl. 1100-1300, Lykkebo

Ullensaker sanitetskvinnens julebasar med masse flotte hjemmelagete strikketøy, julepynt og julekaker. Overskuddet går tilbake til lokal-samfunnet vårt, som barn og unge og kvinnehelseforskning. Det blir trekning av julelotteriet vårt hvor vi har mange flotte premier. Salg av vafler, kaffe/te og saft, samt sanitetens egen julekalender med flotte premier hver dag. Arr: Ullensaker sanitetsforening

Lørdag 29. nov.



Stråberries kl. 1600, Kulturbanken Kreti & Pleti

Stråberries, med sin base i Maura tar nok en gang med seg sine musikalske venner til Jessheim og gir oss en gromkveld med Americana og country. Dette er som å være på date med Dolly, Emmylou og flere sterke musikalske personligheter som har preget sjangeren gjennom mange tiår. Arr: Kulturbanken Kreti & Pleti

Søndag 30. nov.



Julegrantenning på Kløfta kl. 1500, Kløfta velhus

Vi tenner julegrana utenfor Kløfta Velhus, og ønsker små og store hjertelig velkommen!
Arr: Kløfta vel

Søndag 30. nov.



Julegran- og julegatetenning på Jessheim, Rådhusplassen

Program kommer på www.ullensaker.kommune.no
Arr: Ullensaker kommune, Jessheim storsenter

For fullstendig oversikt over arrangement se www.ullensaker.kommune.no/aktivitetskalender

Kommer...

Tirsdag 2. des.



Kløfta kulturkafé: Julemusikk og moro med Odd Arne Sørensen og Hans Olav Trøen kl. 1100-1300, Kløfta velhus

De folkekjære artistene og musikantene Odd Arne Sørensen og Hans Olav Trøen presenterer juleslagere fra 50- tallet og fram til i dag. Stikkord er allsang, spelleglede, trivsel og garantert god julestemning. Kaffe og vaffel kr. 80 inkl. en overraskelse for en besøkende.
Arr: Kløfta vel, Frivilligsentralen

Tirsdag 2. des.



Vi tenner julegrana ved Kjerkestua kl. 1800, Furuseth kirke

Vi tenner julegrana ved Kjerkestua, lar stjernene lyse i vinduene og byr på gløgg og pepperkaker. Det blir også anledning til å kjøpe bøker og Historiske Glimt. Ta på deg godt med klær og bli med oss i førjulsosen!
Arr: Ullensaker historielag

Torsdag 4. des.



Palle Ydstebø: "Forsvaret av Norge i en utrygg tid" kl. 1200-1330, Ullr, Ullensaker kulturhus

Palle Ydstebø er hovedlærer ved seksjon for landmakt ved Krigsskolen. Han har en bred militær utdannelse og erfaring fra flere forsvarsgrener bl.a. etterretningstjenesten. Han har hovedfag i historie fra Universitetet i Tromsø og doktorgrad i War Studies ved University of Glasgow. I tillegg har han bred internasjonal erfaring med tjeneste i bl.a. Tyskland, Afghanistan og FN-styrken i Sør-Sudan.

11.30: Dørene åpnes. Kaffe og vaffel kr 40/ kr. 20 pr del.

12.00: Musikalsk innslag

12.15: Foredrag

Bill: 100 for ikke-medlemmer/ gratis for medlemmer.

Arr: Øvre Romerike pensjonistuniversitet

Lørdag 6. des.



Julefest 2025 kl. 1900, Ullensaker kulturhus

Det kimer til julefest, og Anders Baasmo, Reidun Sæther og Trond Nagell-Dahl har sekken full av underholdning når de begir seg ut i kongeriket for å få folk i skikkelig julestemning.
Arr: Ullensaker kulturhus

Fredag 12. des.



Juleeventyr i Ukrainsk tradisjon kl. 1700, Frivillighetens hus

En sanselig kulturopplevelse som bygger bro mellom ukrainsk og norsk kultur gjennom musikk og visuell kunst. Ved å kombinere julesanger fra begge land med levende sandanimasjon, ønsker vi å tilby et unikt arrangement som engasjerer både barn og voksne.

Arr: Vocalgruppen TeTrio og sandanimatører fra Lysteater

Julaften 2025



Julaftenfeiring for deg som bor i Ullensaker og er alene

Frivilligsentralen har inngått et samarbeid med Scandic Oslo Airport og inviterer til julaften arrangement. Menyen blir julebufeet med dessert, kake og kaffe. Transport til og fra hotellet ordnes sammen med de frivillige. Arrangementet og transport er gratis. Frivillige vil bidra slik at det blir en hyggelig kveld for alle. Skulle du ha lyst og anledning til å være frivillig denne kvelden, hører vi gjerne fra deg.

Påmelding innen 18. des. til frivilligsentralen@ullensaker.kommune.no

Arr: Ullensaker frivilligsentral

For fullstendig oversikt over arrangement se www.ullensaker.kommune.no/aktivitetskalender

Opplev Ullensaker!

Ullensaker har mye spennende å by på! Arrangement, festivaler, attraksjoner, kulturminner, turtips, badeplasser, sykkelruter, kunst og museer.

I tillegg kan bibliotek, kino, kulturhus by på et rikholdig og bredt program.

Sjekk ut våre tips her www.ullensaker.kommune.no/opplevullensaker



Trim for seniorer



Se aktivitetsoversikt for Ullensaker
på første grønne side bak
www.ullensaker.kommune.no

Fysisk aktivitet gir overskudd!



Sterk og stødig! - Gruppetrening for seniorer

Hender det at du føler deg ustø? Er du 65+? Merker du at balansen ikke er like god som før?

Sterk og stødig er gruppetrening for seniorer, med fokus på balanse og styrke i beina. Du trenger ikke ha noen erfaring med trening fra tidligere, men du må kunne gå innendørs uten hjelpemiddel. Treningen varer en time og gjennomføres en gang i uka, på dagtid: Nore Velhus (Nordkisa), Gystad Velhus (Ekomrud), Lykkebo (Jessheim), Kløfta IL (Kløfta)

Tilbudet er gratis. For nærmere informasjon om tidspunkter og påmelding, kontakt Frivilligsentralen tlf. 902 96 332 / frivilligsentralen@ullensaker.kommune.no
Arr: Ullensaker kommune v/ Helse og mestringstorget i samarbeid frivillige instruktører



Samtalegruppe & Pårørende skole for pårørende til personer med demens

Ta kontakt med:

Demenskoordinator Bodil Øvrøm tlf: 457 21 949
Demenskoordinator Grethe Sveum tlf: 913 68 936

Arr: Ullensaker kommune

FASTE AKTIVITETER

Seniornett Ullensaker

Tirsdager kl. 1330-1430, Frivillighetens hus

Første tirsdag i måneden er det datakafé, der seniorer kan få hjelp til bruk av PC, nettbrett og mobil. De øvrige tirsdagene arrangeres det kurs eller foredrag med data-relatert innhold. For mer info: www.facebook.com/SeniornettUllensaker

Øvre Romerike Pensjonistuniversitet

1. torsdag i måneden i Ullensaker kulturhus er det medlemsmøter m/foredrag e.l. unntatt juli og august. Foredrag kl. 12.15. Musikalsk innslag fra kl. 12.00.

Salg av kaffe fra kl. 11.30. Kaffe / vaffel kr. 30 pr. del. Inngang for ikke medl. kr. 100/ medlemmer gratis. Alle er velkomne til møtene, men det er kun de over 60 år som kan bli medlem. For mer info: www.ørpu.no

Forsvarets flysamling www.forsvarshistoriskmuseum.no/flysamlingen

Opplev militær luftfartshistorie fra 1912 til nyere tid på Østlandets største flymuseum. Stengt 26. mai - 31. august. Gjenåpner for publikum første helgen i september.

SAS museet www.sasmuseet.net

Tirsdag kl. 1000-1500 og søndag kl. 1200-1600.

Museet er stengt i desember måned, og åpner medio januar. Museet er åpent alle dager for gruppebestillinger. Museet viser historikken bak flyselskapet SAS samt moderselskapene. Flysimulator. Utkikkstårnet åpent samtidig med museets åpningstider. Fri entré. Utkikksplattformen er åpen alle dager, hele døgnet, hele året.

Menighetene i Ullensaker www.kirkerull.no

Furuset menighet

- Hyggetreff en. torsdag i måneden Nore forsamlingshus el. Folkevang.
Følg med på nettsiden for hvilke datoer det gjelder.

Jessheim og Hovin menighet

- Morgenbønn onsdager kl. 0900-0910 (følger skoleruta), Jessheim kirke
- Middagsbønn torsdager kl. 1200, Jessheim kirke (unntatt røde dager og juleferie)
- Åpent hus torsdag etter middagsbønn, ca. kl. 1230-1400, Jessheim kirke
- Åpen kirke kl. 0900-1500 alle hverdager, Jessheim kirke
- Kirkekoret Voce har øvelse tirsdager kl. 1830-2030, Jessheim kirke

Mogreina menighet

- Formiddagstreff 1. onsdag i måneden kl. 1030
Tur i nærområdet, og samling med mat og prat etterpå
- Åpen kirke kl. 1700-1830 (partallsuker)
- Strikketreff: kl. 1900-2100, siste onsdag i måneden i Mogreina menighetshus

Ullensaker menighet (Kløfta)

- Lunsjkonsert 1. onsdag i måneden kl. 1100-1300, Menighetssalen, Ullensaker kirke
- Åpent Hus kl. 1100. 2. og 3. og 4. torsdag i måneden, Kløfta menighetssenter
- Ullensaker kirkekor øvelse tirsdag er kl. 1900-2100, Ullensaker kirke

Jessheim

- Jessheim frivilligsentral: mandag-fredag kl. 0900-1400 (kjernetid)
- Høvleri kafé: man - fre kl. 1000-1400/lør og søn kl. 1100-1400 (avvik kan forekomme)
- Frokost: onsdager kl. 0900-1000, Frivillighetens hus
- Pakkhusets kulturkafé: fredag kl. 1030-1200, Frivillighetens hus
- KorAll – Frivilligsentralens allsangkor: torsdag kl. 1100-1230, Frivillighetens hus
- Livsgnisten: tirsdag kl. 1100-1300, Frivillighetens hus.
- Aktiv i 100 med turlaget: onsdag kl. 1100. Oppmøte: Frivillighetens hus.
- Maletreff for amatører: onsdag kl. 1430-1730, Frivillighetens hus
- Datakafé og Senior-data med Seniornett: tirsdag kl. 1330-1500, Frivillighetens hus.
- Boccia: tirsdag kl. 1000-1200, Romsaasparken/Jessheim is- og flerbrukshall.
- Bingo: mandag kl. 1100-1230, Frivillighetens hus
- Strikkekafé med husflidslaget: onsdag kl. 1100-1300, Frivillighetens hus
- Sitteyoga: mandag kl. 1330, Frivillighetens hus

Kløfta

- Kløfta kulturkafé tirsdag kl. 1100-1300, Kløfta velhus (oddetallsuker).
- Kløfta frivilligsentral: Alle hverdager kl. 1000-1400 (kjernetid). Kaffe og vafler kr. 50
- Hobbydag: mandag kl. 1000-1400, Kløfta frivilligsentral
- Maleglede med Greta K. Braathen: utvalgte mandager kl. 1000-1400, Kløfta frivilligsentral
- Kvinnetreff – for kvinner fra hele verden: tirsdag kl. 1800-2000, Kløfta frivilligsentral
- Sitteyoga: tirsdag kl. 1330-1430, Kløfta frivilligsentral
- Strikkekafé, sy & søm med Ullensaker husflidslag: annenhver onsdag (partallsuker) kl. 1200-1400, Kløfta frivilligsentral
- Trilletreff torsdag kl. 1000-1400, Kløfta frivilligsentral
- Quiz fredag kl. 1100-1200, Kløfta frivilligsentral. Kr. 50 inkl. kaffe og vafler

Nordkisa

- Nordkisa frivilligsentral: Alle hverdager kl. 1000-1400 (kjernetid). Kaffe og vafler kr. 50
- Quiz mandag kl. 1100-1200, Nordkisa frivilligsentral. Kr. 50 inkl. kaffe og vafler
- Strikkekafé med Ullensaker husflidslag: tirsdag kl. 1800-2100, Nordkisa frivilligsentral
- Trilletreff tirsdag kl. 1000-1400, Nordkisa frivilligsentral
- Maleglede med Greta K. Braathen: Onsdag kl. 1000-1400, Nordkisa frivilligsentral
- Sitteyoga: onsdag (en onsdag i måneden) kl. 1400-1500, Nordkisa frivilligsentral
- Sitteboccia: torsdag kl. 1100-1200, Nordkisa frivilligsentral
- Nordkisa «Gubbeklubb» fredag kl. 1000-1200, Nordkisa frivilligsentral

Røde Kors Ullensaker

Onsdagskafé kl. 1200-1500, Røde Kors Huset, Sand

Underholdning, bevertning og utlodning. Fri entré.

Ta kontakt om du har behov for skyss: Mette N. Bjerkestrand tlf. 414 15 196.

Mer info: www.rodekors.no/ullensaker

Ullensaker kino

Seniorkino— annenhver onsdag kl. 1330, se www.ullensakerkino.no

Billetter kan kjøpes i kiosken på kulturhuset fra kl. 1200 på hverdager og fra 30 min. før første forestilling i helgene, billettautomat i foajeen eller Internett.

Ullensaker bibliotek

- Arrangement/aktivitet: mandag 13.00, Jessheim bibliotek
Veksler mellom Lesesirkel, Delt leseopplevelse, Strikk og lytt og BokPrat m/ bibliotekarene.
- Bok-kaffe: onsdag kl. 1200, Kløfta bibliotek
Mer info: www.ullensaker.kommune.no/bibliotek

Bo- og aktivitetssentrene i Ullensaker

Gjestad bo- og aktivitetssenter (tlf. 66 10 84 47)



- Høytlesing av dagens RB og Quiz kl 10:30 mandag, tirsdag og onsdag i dagsenteret.
- Felles trim i treningssalen mandag kl 12:30 og fredag kl 10:30.
- Gåtur hver torsdag kl 11:00, fra inngang A.
- Andakt i Gjestad-stuene kl 12:00 fredag i partallsuker.
- Gjestad kafé; søndag -fredag kl 1030-1530. Lørdag kl. 1030-1430. Salg av varmmat, smørbrød, middag m.m.

Gystadmyr bo- og aktivitetssenter (tlf. 66 10 85 30)



- Felles quiz: man, tir, ons, fre kl. 1030, dagsenteret
- Fellestrim/stoltrim: man, tirs, ons, fre kl. 1200, Gystadmyr kafé
- Aktivitetskoordinator har eget opplegg kl. 1030
- Andakt: tors kl. 1700, Gystadmyr kafé
- Gystadmyr Kafé har åpningstid fra 10.30-15.30. Her er det salg av baguetter, smørbrød, varmmat, toast, kaker, mineralvann, kaffe, salatbar på torsdager. Servering av middag fra kl. 13.00

Kløfta bo- og aktivitetssenter (tlf. 66 10 88 00)



- Tirsdag kl. 10.00 Åpent aktivitetssenter for deg som vil treffe andre med håndarbeidsaktiviteter
- Tirsdag og torsdag fra kl.10.00 - ca. 12.00 Snekkerboden er åpen
- Tirsdag (partallsuker): Andakt v/Ullensaker menighet kl. 11.00, Hellen kafé
- Hellen kafé; søndag-fredag kl. 1030-15.30. Middagsservering kl. 1300-1500
Lørdag kl. 1030-1500. Middagsservering kl. 1300-1445

Dagsenter—for deg som ønsker sosialt samvær!

På dagsenteret blir du hentet og kjørt hjem igjen etter hyggelig samvær. Vi spiser frokost og middag sammen, og har aktiviteter som trim, bingo, quiz og turer. Deltar også på aktivitetene som ellers foregår på huset, som konserter og fester. Du kan søke de dagene som passer for deg. Dagsenteret er åpent mandag, onsdag og fredag.

Mer info www.ullensaker.kommune.no

Trim for seniorer www.ullensaker.kommune.no/aktivfritid

- **Aktiv i 100!** Turer i nærmiljøet 2-3 timer hver onsdag. Oppmøte kl. 1100 Frivillighetens hus.
Kontakt Oddvar Skrebergene tlf. 900 33 245
Arr: Ullensaker turlag
- **Eldretrim Kløfta** Mandag og torsdag kl. 1400-1600, Kløftahallen
Gymnastikk og ballspill. Kontakt: Olav Kollberg olavkoll@gmail.com/ 911 46 934
- **Kjegla Seniorbowling** Onsdag kl. 10.00, Bowling1 Jessheim.
Berit Synnøve Jødahl: bsjodahl@online.no / tlf. 97111005
- **Kløfta IL Trimgruppa** Tirsdag kl. 1830-1930, Åreppen skole.
Sirkeltrening. Kontakt: Svein-Henning Hjertaker sh@hjertaker.no /tlf. 95145512
- **"Livsgnisten" Gågruppe** Tirsdag kl. 1100. Oppmøte: Frivilligsentralen
Kontakt: Frivilligsentralen tlf. 902 96 332 / frivilligsentralen@ullensaker.kommune.no
- **Seniordans Jessheim** Tirsdag kl. 1600-1800, Frivillighetens hus, Sveavegen 36, Jessheim
Kontakt: Inge-Lise Dønnessen tlf. 404 77 100/ bhaloma.ild@gmail.com
- **Seniordans Kløfta** Torsdag kl. 1800-2000, Kløfta velhus
Kontakt: Kirsten Gravdal tlf. 97 53 96 84/ kirsten.gr@live.no
- **Sterk og stødig! Gruppetrening for seniorer** For nærmere info. om tidspunkter og påmelding, kontakt Frivilligsentralen tlf.902 96 332 / frivilligsentralen@ullensaker.kommune.no
- **Treningsparker på Sand, Mogreina, Nordkisa, Algarheim og Nordbytjernet**
Enkle apparater som kan brukes av alle aldersgrupper. Informasjonsskilt viser hvordan apparatene skal benyttes. Arr: Ullensaker kommune v/park & idrett
- **Ullensaker Revmatikerforenings gågruppe**
 - **Jessheim** torsdag kl. 1200. Oppmøte v/Bahustunet, Gjestad. Etter turen er det samling på Gjestad bo- og akt. Kontakt: Jorunn Ringen jorun.ringen@hotmail.com / tlf. 480 95 597
 - **Kløfta** torsdag kl. 1100. Oppmøte v/Apoteket, Romerikssenteret. Etter turen er det samling å Kløfta bo- og aktivitetssenter. Kontakt: Hilde B.Westheim tlf. 930 52 231
- **Ullensaker Sanitetsforening eldretrim**
 - **Eldretrim:** mandag kl. 1100 (ikke i skoleferier), Lykkebo, Jessheim
Kontakt: Wenche Fagerlid ullensaker.sanitetsforening@gmail.com / tlf. 97 77 88 17
 - **Kløvertur:** mandag kl. 1100. Oppmøte: mai-oktober på Hovin skole, november-april på p-plass Gjestad. Du ser oss med gule vester. Bli med på ukentlig gåtur. Vi går i et tempo tilpasset alle, hovedsaken er å komme seg ut og ha et hyggelig samvær med andre.
Ta med deg noe å drikke og noe å bite i, vi går i 1½-2 timer og vi har en pause midt i.
Kontakt Anne Berit Aurstad tlf. 48 09 81 41.

Pensjonistforeninger og andre

- Forsvarets Seniorforbund avdeling Gardermoen
Kontakt: gardermoen@fsforb.no
- Forsvarets Seniorforbund avdeling Øvre Romerike
Kontakt: oevreromerike@fsforb.no
- Jessheim Seniorforening
Kontakt: Anne Marit Vestengen tlf. 991 55 503 / annem70@online.no
- Kløfta Seniorforening
Kontakt: Torill Thoresen tlf 916 29 106 / kloftapensjonistforening@gmail.com
- LOP Øvre Romerike (Landslaget for offentlige pensjonister)
Kontakt: John Bekkevold jonn-bek@online.no
- Øvre Romerike Pensjonistuniversitet
Kontakt: Gry Husum gry.kari.husum@gmail.com

Interessegrupper for seniorer

- Ullensaker Eldreråd
Kontakt: Eva M. Gullichsen eva_gull@hotmail.com / tlf. 926 48 238
- De Eldres Boligsparingsklubb (DES) Ullensaker
Kontakt: jorun.ringen@hotmail.com

Den Kulturelle Spaserstokken i Ullensaker

I 2006 ble Den Kulturelle Spaserstokken etablert som nasjonalt prosjekt. Målet er å gi alle eldre et bedre kulturtilbud. Det ønsker vi også her i Ullensaker kommune.

Som en del av Den Kulturelle Spaserstokken i Ullensaker har enhet Kultur utarbeidet en månedlig oversikt over noen av de kulturtilbud i vår kommune som også kan passe for seniorer.

Spørsmål?

Ullensaker kommune, enhet Kultur v/ rådgiver Kathrine Øynebråten tlf. 940 28 042

E-post: kathrine.oynebraten@ullensaker.kommune.no

Se også www.ullensaker.kommune.no/senior

NB! Forbehold om endringer i programmet