



# Livsglede i Ullensaker

- for seniorer -

MAI

## 2. – 8. mai



### Bærekraftsfestivalen 2026

2. mai – 8. mai fyller vi kommunen med grønne aktiviteter, miljøpositive foredrag og bærekraftige arrangementer. Lær mer om hvordan du og dine kan leve mer miljøeffektivt og bærekraftig.

For fullstendig program se [baerekraftsfestival.no](http://baerekraftsfestival.no).



Noen smakebiter av programmet:

- Lørdag 2. mai: Markedsdag med stand, bruktmarked og aktiviteter
- Mandag 4. mai: «Skap din egen grønnsakshage, uansett plass» - foredrag v/ Anders Røyneberg
- Tirsdag 5. mai: Klesbyttemarked, stiklingsbyttemøte, matberedskap v/ foredrag Rita Amundsen,
- Onsdag 6. mai: «Eneboeren Ture Sølv» - foredrag v/ Thor Gotaas
- Torsdag 7. mai: «Norge på langs» – foredrag v/ Mona Kjeldsberg



Arr: Ullensaker bibliotek

## Søndag 3. mai



### Dragsjøen rundt. Oppmøte kl. 11.00

For oppmøtested og mer info se <http://ullensaker.dnt.no> og Facebook.

Arr: Ullensaker turlag

## Mandag 4. mai



### Delt leseopplevelse kl. 13.00-14.30, 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 7. mai. Arr: Ullensaker bibliotek

## Tirsdag 5. mai



### Kløfta kulturkafé: Utekontakten kommer og forteller om sine aktiviteter! kl. 11.00-13.00, Kløfta velhus

Kaffe og vaffel kr. 80 inkl. en overraskelse for en besøkende.

Arr: Kløfta vel, Frivilligsentralen



Tirsdag 5. mai



**Seniornett: Datakafé kl. 13.30-14.30, 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 5. mai



**JESS Språkkafé kl. 17.00-18.30, 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 språkkafé. Både deltagere og frivillige snakker norsk, og drikker en kopp kaffe eller te sammen. Ingen påmelding - bare å komme innom når det passer. Arr: Ullensaker bibliotek

Tirsdag 5. mai



**Gåtur fra Henniskauen til Røverskansen kl. 18.00-20.00.**

Mulighet for samkjøring fra Borgen klubbhus kl. 18.00 til Henniskauen. Husk godt fottøy. Ta eventuelt med kaffe, noe å bite i og noe å sitte på. Turleder er Trond Skedsmo. Arr: Børge-Borgere

Onsdag 6. mai



**Aktiv i 100! Oppmøte kl. 11.00, Frivillighetens hus**

Tur i nærmiljøet hver onsdag. Turen passer for eldre og andre voksne som er hjemme på dagtid og som ønsker å komme i aktivitet. Ta med matpakke og drikke. Gratis deltakelse. Arr: Ullensaker turlag, Ullensaker frivilligsentral

Onsdag 6. mai



**Bok-Kaffe kl. 12.00-13.00, Kløfta bibliotek**

Kløfta bibliotek inviterer til bok-kaffe og tilbyr ulike former for litterære drypp hver onsdag kl. 12.00. Har du lest noe du kunne tenke deg å dele, eller har noe du ønsker å formidle er du hjertelig velkommen til å delta. Ta kontakt med oss. Fri entré. Enkel servering. Arr: Ullensaker bibliotek

Onsdag 6. mai



**Polarhistorie v/ polarhelten AK Teigland kl. 18.00, Frivillighetens hus**

Du vil få innblikk i ekspedisjoner i historiske rammer, både i Norge og Antarktis. Særlig to turer i Antarktis vert du invitert med på. Du får et ærlig foredrag om store oppturer og nedturer i isen. Bill: 100. Enkel servering fra kl. 1730. Arr: Ullensaker frivilligsentral

Torsdag 7. mai



**Formiddagstreff kl. 10.30, Mogreina kirke**

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 7. mai



«Den nye silkeveien» - foredrag v/ Einar Lunde

kl. 12.00-13.30, Ullr, Ullensaker kulturhus

Foredrag om «Den nye silkeveien» v/ Einar Lunde, Afrika korrespondent, NRK journalist/nyhetsanker.

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

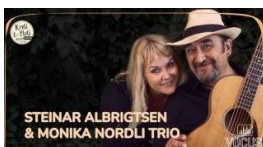
Torsdag 7. mai



Delt leseopplevelse kl. 19.00, 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 4. mai. Arr: Ullensaker bibliotek

Torsdag 7. mai



Steinar Albrigtsen & Monika Nordli trio– "Fra A til Nå"

kl. 20.00, Kulturbanken Jessheim

Når Steinar Albrigtsen og Monika Nordli inntar scenen sammen med gitarist og produsent Ernst Nikolaisen, er det duket for en helt spesiell konsertopplevelse. I en sjelden intimtrio-setting inviterer de publikum med på en musikalsk reise– "Fra A til Nå" med fokus på norske tekster og viser fra et langt og variert artistliv.

Arr: Vocus viseklubb, Kulturbanken Kreti & Pleti

Fredag 8. mai



Pakkhusets kultur kafé: Underholdning v/ Jan Hovde

kl. 10.30-12.00, Frivillighetens hus

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

Arr: Ullensaker frivilligsentral

Fredag 8. mai



Åpent hus på Kløfta gamle skole kl. 13.00-15.00

Velkommen til åpent hus på Kløfta gamle skole.

Vi serverer kaffe og kake. Utlodning.

Arr: Venneforeningen Kløfta gamle skole

Fredag 8. mai



Minnemarkering i Trandumskogen kl. 17.00

Høytidelig markering av freden 1945 på stedet hvor 194 frihetskjemper ble henrettet av fienden under 2. verdenskrig. Taler, musikk og nedleggelse av kranser ved monumentet.

Arr: Øvre Romerike Forsvarsforening, Sessvollmoen Garnison

Fredag 8. mai



Riff og Røster korkonsert kl. 18.00, Kulturbanken Kreti & Pleti

Liker du rock som rister, blues som føles og country som treffer hjerte? Da er dette kvelden for deg! En gjeng sangere som øver på Sanglåven i Gjerdrum har hyra inn et band og snekret sammen program til en hel konsert. Sammen med bandet sitt, inviterer de til en uformell aften fylt med kjente coverlåter – fra de dypeste blues-røttene og støvete country-veier, til rock og norske viser du garantert kan teksten på. Arr: Kulturbanken Kreti & Pleti



8. – 10. mai



### Åpningsfest på ny Rådhusplass!

8. - 10. mai blir det åpningsfest på den nye Rådhusplassen. Ullensaker kommune og Thon senter Jessheim inviterer til feiring av både nyåpning av senteret og vår nye festplass.

#### Fredag 8. mai

10.00 Åpning av ny senterdel Thon Senter Jessheim og nye butikker  
18.00 Hovin musikkorps  
18.30 Felles korpsinnslag  
19.00 Travelin` storband  
20.15 Emma Steinbakken Trio  
20.50 Diaz  
21.15 TAUS

#### Lørdag 9. mai

11.00 Global Gathering Band  
11.30 Brillebjørn  
12.00 Ullensaker kulturskole  
13.00 Ung Kultur  
18.00 DJ Stephan  
20.00 Hellbillies  
22.00 Splitte Pine

#### Søndag 10. mai

11.00-16.30 «Den store familiedagen» på Ullensaker kino  
11.00-15.00: Ballongklovn og ansiktsmaling  
11.00: Bjørnis show  
12.00: Jessheim Jentekor - 40 jenter i alderen 6-14 år som elsker å synge  
12.30: Møt og Hils på Bjørnis  
13.00: "Du og jeg og vi 2-3-4" - familiekonsert  
14.00: Bjørnis show

For fullstendig program se [www.ullensaker.kommune.no](http://www.ullensaker.kommune.no)

*NB! Konsertene er gratis, unntatt kveldskonsertene fra kl. 18.00 lørdag.*

Søndag 10. mai



### Historisk vandring v/ Gardermoen. Oppmøte kl. 11.00

Opplev ravinelandskap, natur og gripende krigshistorie.  
For oppmøtested og mer info se <http://ullensaker.dnt.no> og Facebook.  
Arr: Ullensaker turlag

Mandag 11. mai



### Generasjonsleker i Ullensaker kl. 11.00, utenfor Frivillighetens hus

Bli med på uteleker. Underholdning med Ullensaker spelemannslag. Barn og ungdom kommer både fra barnehager og skoler.  
Servering av kaffe og kake. Gratis deltakelse. Ingen påmelding.  
Arr: Ullensaker frivilligsentral, Ullensaker elderåd



**Mandag 11. mai**



**Lesesirkel: Vi snakker om «Fars rygg» av Niels Fredrik Dahl kl. 13.00, Jessheim bibliotek**

Lesesirkelen er et tilbud til voksne som liker å lese, og som har lyst til å 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

**Tirsdag 12. mai**

**Seniornett**



**Seniornett: Sikkerhet og personvern ved bruk av betalingsformer på nettet v/Kristin Smedheim kl. 13.30, Frivillighetens hus**

Vipps, Klarna og PayPal er generelt sett trygge betalingsløsninger i Norge, men de tilbyr ulik grad av kjøpsbeskyttelse og personvern. Kristin gir oss en oversikt sikkerhet og personvern for hver av disse tre løsningene. Hva må vi være bevisst på for å unngå svindelforsøk? Arr: Seniornett Ullensaker

**Onsdag 13. mai**



**Aktiv i 100! Oppmøte kl. 11.00, Frivillighetens hus**

Tur i nærmiljøet hver onsdag. Turen passer for eldre og andre voksne som er hjemme på dagtid og som ønsker å komme i aktivitet. Ta med matpakke og drikke. Gratis deltakelse.

Arr: Ullensaker turlag, Ullensaker frivilligsentral

**Onsdag 13. mai**



**Bok-Kaffen: Vårens lange lesing del 2 med Beate Nes, bibliotekar ved Ullensaker bibliotek kl. 12.00-13.00, Kløfta bibliotek**

Kløfta bibliotek inviterer til bok-kaffe og tilbyr ulike former for litterære drypp hver onsdag kl. 12.00. Har du lest noe du kunne tenke deg å dele, eller har noe du ønsker å formidle er du hjertelig velkommen til å delta. Ta kontakt med oss. Fri entré. Enkel servering. Arr: Ullensaker bibliotek

**Fredag 15. mai**



**Pakkhusets kulturkafé: Fiolinmusikk v/ Milutin Petrovic kl. 10.30-12.00, Frivillighetens hus**

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

**17. mai!**



**17. mai i Ullensaker!**

Norges nasjonaldag feires på mange arenaer rundt om i hele kommunen med barnetog, barnehagetog, borgertog med bunadstog og russetog, samt en mengde ulike arrangement og markeringer.

For fullstendig program se [www.ullensaker.kommune.no/17mai2026](http://www.ullensaker.kommune.no/17mai2026)

Ettermiddagsarrangement på Rådhusplassen

14.15 Underholdning v/ Ullensaker spelemannslag og Leikarringen Rakne

14.45 Offisiell åpning av Rådhusplassen

15.00 Ettermiddagstoget med barnehager, lag/foreninger (borgertog) og russen, samt Romerike drillklubb og korps fra Ullensaker

15.45 Allsang v/ Ullensaker korforening. Hovin musikkorps spiller.

16.00 Tale for dagen v/ Rita Fjeld Hovden, daglig leder Ullensaker

frivilligsentral. Russens tale v/ russepresident Martha Vatnar Nilsen

16.30 Underholdning v/ elever fra musikklinja på Jessheim vgs.

Arr: Ullensaker kommune



**Mandag 18. mai**



**Strikk & lytt kl. 13.00-14.00, 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 19. mai**



**Seniornett: Miljø og bærekraft / ombruk av digitale enheter v/Ole-Christian Haugen kl. 13.30-14.30, Frivillighetens hus**

Miljø og bærekraft handler om å ta vare på både kloden og hverandre. Denne presentasjonen viser hvordan vi som seniorer kan gi gode bidrag gjennom enkle, men betydningsfulle valg.  
Arr: Seniornett Ullensaker

**Tirsdag 19. mai**



**JESS Språkkafé kl. 17.00-18.30, 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 språkkafé. Både deltagere og frivillige snakker norsk, og drikker en kopp kaffe eller te sammen. Ingen påmelding - bare å komme innom når det passer. Arr: Ullensaker bibliotek

**Tirsdag 19. mai**



**Kløfta kulturkafé: Underholdning v/ Arne Willy og Jørn kl. 11.00-13.00, Kløfta velhus**

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

**Onsdag 20. mai**



**Bok-Kaffen kl. 12.00-13.00, Kløfta bibliotek**

Kløfta bibliotek inviterer til bok-kaffe og tilbyr ulike former for litterære drypp hver onsdag kl. 12.00. Har du lest noe du kunne tenke deg å dele, eller har noe du ønsker å formidle er du hjertelig velkommen til å delta. Ta kontakt med oss. Fri entré. Enkel servering. Arr: Ullensaker bibliotek

**Onsdag 20. mai**



**Aktiv i 100! Oppmøte kl. 11.00, Frivillighetens hus**

Tur i nærmiljøet hver onsdag. Turen passer for eldre og andre voksne som er hjemme på dagtid og som ønsker å komme i aktivitet. Ta med matpakke og drikke. Gratis deltakelse.  
Arr: Ullensaker turlag, Ullensaker frivilligsentral

**Tirsdag 21. mai**



**Språkkafé kl. 17.30-19.30, Jessheim kirke**

Gjennom Språkkafé ønsker vi å skape et møtepunkt på tvers av kulturer og alder. 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, Redd Barna og NAV Arbeid og Inkludering

**Torsdag 21. mai**



**Highway 85 – en «Dylansk» aften kl. 19.00, Herredshuset**

Highway 85 gir et innblikk i Bob Dylans unike musikkproduksjon i anledning sangerens 85-årsdag. Det blir spilt låter fra 1963 – 2013. Velkommen til en hyggelig Dylansk.  
Arr: Ullensaker kulturhus

**Fredag 22. mai**



**Pakkhusets kulturkafé: Underholdning v/ Frank Aurstad kl. 10.30-12.00, Frivillighetens hus**

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



Lørdag 23. mai



**Lørdagstoner «Norske toner» kl. 13.00, Jessheim kirke**

Et hel-norsk program med fiolinist Milutin Petrovic og vår egen kantor Leni Katla Botilsrud. Programmet spenner fra det inderlige og milde til det mektige. Noe blir trolig noen nye bekjentskap, mens du også vil få høre noen bearbejninger av Griegs verker til orgel. Vi håper programmet speiler av den norske sommeren, både når det er en snill sommerbris og når det bulder mellom fjellene. Arr: Jessheim og Hovin menighet

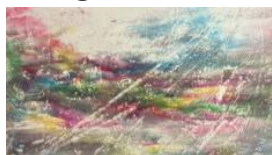
Lørdag 23. mai



**Bob Dylan med ny vri kl. 16.00, Kulturbanken Kreti & Pleti**

Bob Dylan fyller 85 år 24. mai 2026. Dette markeres av gutta i "Dylan med ny vri". Kom og hør Per Arthur Taugard, Kjetil Lilleaas, Jan Ove Hansen, Petter Barg, Stian Haslie og Tor M. Larsen utforske og eksperimentere i Bob Dylans melodiske og tekstlige univers. Uttrykket vil variere fra det nakent lyriske til heftige grooves og utagerende frijazz. Arr: Kulturbanken Kreti & Pleti

23. og 24. mai



**Malekurs for nybegynnere v/ kunstner Greta Karine Braathen kl. 10.00-16.00, Frivillighetens hus**

Gratis 2-dagers kurs inkl. ett gratis lerret ved oppstart. 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. Arr: Ullensaker frivilligsentral

Tirsdag 26. mai



**Seniornett: Sommeravslutning på Nordbytjernet kl. 13.30, Frivillighetens hus**

Vi møtes ved kiosken og spiser en enkel lunsj. Ta med eget drikke. Vi sjekker ut QR-kodene på treningsapparatene ved Nordbytjernet. Vi utforsker hvordan appen FOTSPOR kan brukes i praksis.

**Påmelding** til [ullensaker@seniornett.no](mailto:ullensaker@seniornett.no)

Arr: Seniornett Ullensaker

Tirsdag 26. mai



**Bli kjent med Rambymarka. Oppmøte kl. 18.00**

For oppmøtested og mer info se <http://ullensaker.dnt.no> og Facebook.  
Arr: Ullensaker turlag

Onsdag 27. mai



**Aktiv i 100! Oppmøte kl. 11.00, Frivillighetens hus**

Tur i nærmiljøet hver onsdag. Turen passer for eldre og andre voksne som er hjemme på dagtid og som ønsker å komme i aktivitet. Ta med matpakke og drikke. Gratis deltakelse.

Arr: Ullensaker turlag, Ullensaker frivilligsentral

Onsdag 27. mai



**Bok-Kaffen: Vårens langlesing del 3 med Beate Nes, bibliotekar ved Ullensaker bibliotek kl. 12.00-13.00, Kløfta bibliotek**







Kløfta bibliotek inviterer til bok-kaffe og tilbyr ulike former for litterære drypp hver onsdag kl. 12.00. Har du lest noe du kunne tenke deg å dele, eller har noe du ønsker å formidle er du hjertelig velkommen til å delta. Ta kontakt med oss. Fri entré. Enkel servering. Arr: Ullensaker bibliotek



|  |   |
|--|---|
| <p><b>Onsdag 27. mai</b></p>  <p>Strikketreff</p> | <p><b>Strikketreff kl. 19.00-21.00, Mogreina menighetshus</b></p> <p>Strikkekafeen er for folk i alle aldre. Det er for deg som vil strikke eller drive med annet håndarbeid - eller bare prate. Strikkekafeen er gratis, og det serveres kaffe. Arr: Mogreina menighet</p>   |
| <p><b>Torsdag 28. mai</b></p>                     | <p><b>Guidet vandring rundt Nordbytjernet med historielaget kl. 18.00-21.00</b></p> <p>Underveis stopper vi flere steder og får høre spennende lokalhistorie fra området rundt tjernet – fortellinger som knytter naturen, menneskene og aktivitetene her sammen. Turen går i rolig tempo og passer for de fleste. Arr: Ullensaker historielag</p>  |
| <p><b>Fredag 29. mai</b></p>                      | <p><b>Pakkausets kulturkafé: Underholdning v/ Magne Frydenlund kl. 10.30-12.00, Frivillighetens hus</b></p> <p>Underholdning/foredrag starter kl. 1100. Kr. 65 inkl. kaffe og kake. Arr: Ullensaker frivilligsentral</p>  |
| <p><b>Lørdag 30. mai</b></p>                     | <p><b>Jessheim Jazzfestival kl. 12.00, Jessheim sentrum</b></p> <p>12.00 Velkommen til Jessheim Jazzfestival. Åpning v/ ordfører, Rådhusplassen<br/>12.10 Åpningskonsert: Raknes – Maarud - Vespestad, Rådhusplassen<br/>14.00 Sinatra Songbook, Villa Sole<br/>16.00 Ull Jazz og Ullensakerkoret, Sundbytunet<br/>1745 Kulturskolens Jazzband, Jessheim vgs. musikklinja, Rådhusplassen<br/>19.00 Shining – BlackJazz , jazz metal, Ullensaker kulturhus<br/>Arr: JessJazz, Ullensaker kulturhus, Ullensaker kommune</p> |
| <p><b>Søndag 31. mai</b></p>                    | <p><b>Baklukesalg kl. 11.00-16.00, Nordkisa frivilligsentral</b></p> <p>Salg av vafler, kaffe og pølser. Det blir også baklukesalg: 21.06, 23.08 og 20.09<br/>Ønsker du å selge? - ta kontakt Frivilligsentralen tlf. 902 96 332/<br/>frivilligsentralen@ullensaker.kommune.no. Kr. 200 for å selge.<br/>Arr: Ullensaker frivilligsentral</p>   |
| <p><b>Søndag 31. mai</b></p>                    | <p><b>Stein Ove Berg festivalen 2026! - Kløfta gamle skole</b></p> <p>Sett av dagen! – program kommer.<br/>Arr: Venneforeningen Kløfta gamle skole</p>  |
| <p><b>Søndag 31. mai</b></p>                    | <p><b>Vårkveld med Sølvguttenes kl. 1800, Ullensaker kulturhus</b></p> <p>Denne kvelden møter du flere deler av koret, både hovedkoret, solistgruppen, aspirantene og mannskoret. Repertoaret er blandet, og strekker seg fra Händel, Schubert og Billy Joel til Alf Prøysen og annen norsk musikk. Vi ser frem til en lett og frisk aften med vakker musikk - ja, rett og slett vårstemning! Arr: Ullensaker kulturhus</p>   |



# Kommer...

|   |   |
|---|---|
| <b>Tirsdag 2. juni</b><br>   | <b>Kløfta kulturkafé: Underholdning v/ Pang-Sjonistene kl. 11.00-13.00, Kløfta velhus</b><br>Pang-Sjonistene er voksne gutter som spiller variert musikk fra 60- og 70-tallet som du garantert kjenner og gjerne nynner til. Både Beatles og Vazelina er på repertoaret. Kaffe og vaffel kr. 80 inkl. en overraskelse for en besøkende.<br>Arr: Kløfta vel, Ullensaker frivilligsentral |
| <b>Tirsdag 2. juni</b><br>    | <b>Børge-Borgere: Sommeravslutning v/ Stordammen kl. 18.00-20.00</b><br>Sommeravslutning ved Stordammen. Øyvind Larssen informerer om Stordammen som vannverk og rekreasjonsområde. Servering av kaffe og kake.<br>Arr: Børge-Borgere   |
| <b>Lørdag 6. juni</b><br>     | <b>Musikkfest Jessheim 2026</b><br>Program - <a href="http://www.facebook.com/musikkfestjessheim">www.facebook.com/musikkfestjessheim</a> eller <a href="http://www.ullensaker.kommune.no">www.ullensaker.kommune.no</a><br>Arr: Ullensaker kommune, Villa Sole og Kulturbanken Kreti & Pleti   |
| <b>Lørdag 6. juni</b><br>    | <b>Hilde Selvikvåg // Under Kastanjetreet kl. 16.00, Villa Sole</b><br>Hilde Selvikvåg har gjort den klingende jærdialekten til en tydelig signatur i musikken sin. Hun skriver moderne pop med personlige tekster og sterke melodier, tett på livet slik det faktisk kjennes. Arr: Kulturbanken Kreti & Pleti  |
| <b>Torsdag 9. juni</b><br>  | <b>Foredrag v/ Arne Erlandsen kl. 19.00, Kløfta gamle skole</b><br>Det nærmer seg VM i fotball for herrer. Vi merker fotballentusiasme i hele Norge. Vi får besøk av Arne Erlandsen, Kløftagutt med lang fotball karriere. Han forteller om tiden som fotballspiller i LSK, på landslaget, som fotballproff og trener.<br>Arr: Venneforeningen Kløfta gamle skole                       |
| <b>Torsdag 11. juni</b><br> | <b>Trond Trudvang //Vocus Åpen Scene kl. 20.00, Kulturbanken Kreti &amp; Pleti</b><br>Minikonsert og Åpen scene. Repertoaret til Trond Trudvang kombinerer egne, hverdagsnære tekster på nordnorsk med lune tolkninger av kjente klassikere, og hans varme scenetilstedeværelse skaper ofte allsang og stor stemning.<br>Arr: Kulturbanken Kreti & Pleti                                |

## Opplev Ullensaker!

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

Sjekk ut våre tips her [www.ullensaker.kommune.no/opplevullensaker](http://www.ullensaker.kommune.no/opplevullensaker)





## 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.

Les mer [www.facebook.com/SeniornettUllensaker](http://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.

Les mer [www.ørpu.no](http://www.ørpu.no)

### Forsvarets flysamling

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

Les mer [www.forsvarshistoriskmuseum.no/flysamlingen](http://www.forsvarshistoriskmuseum.no/flysamlingen)

### SAS museet

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.

Utkikkspattformen er åpen alle dager, hele døgnet og hele året.

Les mer [www.sasmuseet.net](http://www.sasmuseet.net)

### 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.

Les mer [www.rodekors.no/ullensaker](http://www.rodekors.no/ullensaker)

### Ullensaker kino

Seniorkino— annenhver onsdag kl. 1330.

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.

Les mer/ kjøp billett: [www.ullensakerkino.no](http://www.ullensakerkino.no)

### 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

Les mer: [www.ullensaker.kommune.no/bibliotek](http://www.ullensaker.kommune.no/bibliotek)



## Frivilligsentralen i Ullensaker

### 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.
- Datakafé og Senior-data med Seniornett: tirsdag kl. 1330-1500, Frivillighetens hus.
- B
- occia: 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: man, ons, tors kl. 10.00-14.00. Tirs 10-20. Kaffe og vafler kr. 50
- Hobbyklubb: mandag kl. 1100-1300, Kløfta frivilligsentral
- Maleglede med Greta K. Braathen: annenhver mandag (oddetall) kl. 1000-1400, Kløfta frivilligsentral
- Strikkekafé og annen hobby tirsdag kl. 1000-2000, Kløfta frivilligsentral
- Kvinnetreff – for kvinner fra hele verden: tirsdag kl. 1800-2000, Kløfta frivilligsentral
- Sitteyoga: onsdag kl. 1330-1430, Kløfta frivilligsentral
- Håndarbeidstreff med Ullensaker husflidslag: annenhver onsdag (partallsuker) kl. 1200-1400, Kløfta frivilligsentral
- Trilletteff torsdag kl. 1000-1400, Kløfta frivilligsentral

### Nordkisa

- Nordkisa frivilligsentral: Alle hverdager kl. 1000-1400. Servering av kaffe og vafler
- Quiz mandag kl. 1100-1200, Nordkisa frivilligsentral. Kr. 50 inkl. kaffe og vafler
- Strikkekafé med Ullensaker husflidslag: tirsdag kl. 1800-2100, Nordkisa frivilligsentral
- Trilletteff tirsdag kl. 1000-1400, Nordkisa frivilligsentral
- Maleglede med Greta K. Braathen: onsdag kl. 1000-1400, Nordkisa frivilligsentral
- Etter skoletid onsdag frem til kl. 1700, Nordkisa frivilligsentral
- Sitteboccia: torsdag kl. 1100-1200, Nordkisa frivilligsentral'
- Hobbyklubb for alle! torsdag (partallsuker) kl. 1100-1300, Nordkisa frivilligsentral
- Nordkisa «Gubbeklubb» fredag kl. 1000-1200, Nordkisa frivilligsentral

Les mer [www.ullensaker.kommune.no/frivilligsentralen](http://www.ullensaker.kommune.no/frivilligsentralen)



## 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. 10.30-15.30. Lørdag kl. 10.30-14.30. Salg av varmmat, smørbrød, middag m.m.

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

- Felles quiz: man, tir, ons, fre kl. 10.30, dagsenteret
- Fellestrim/stoltrim: man, tirs, ons, fre kl. 12.00, Gystadmyr kafé
- Aktivitetskoordinator har eget opplegg kl. 10.30
- Andakt: tors kl. 17.00, 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. 10.30-15.30. Middagsservering kl. 13.00-15.00. Lørdag kl. 10.30-15.00. Middagsservering kl. 13.00-14.45

### 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.

Les mer [www.ullensaker.kommune.no](http://www.ullensaker.kommune.no)

### Pårørendes hus

Pårørendes hus er et gratis og lett tilgjengelig lavterskeltilbud til alle pårørende og etterlatte i kommunen, uavhengig av alder og hvem dere er pårørende til.

Åpent hus tirsdager kl. 12 -14, er det i Veiberggata 7 (med unntak av i skoleferier).

Ta kontakt på tlf. 40 43 93 12 / e-post: [parorende@ullensaker.kommune.no](mailto:parorende@ullensaker.kommune.no).

Les mer [www.ullensaker.kommune.no/parorende](http://www.ullensaker.kommune.no/parorende)



## Menighetene i Ullensaker

### 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)

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

Les mer [www.kirken.no/ullensakerkf](http://www.kirken.no/ullensakerkf)

## Trim for seniorer

- **Aktiv hele livet!** Gåfotball, balansetrening, svømmeaktiviteter, styrketrening, sykkelgruppe, trimgruppe, turgruppe, boccia, taekwon-do, teppecurling m.m. Les mer [www.idrettsråd.no/viken/ullensaker/](http://www.idrettsråd.no/viken/ullensaker/) og velg deretter «Aktivitetstilbud i regi av Ullensaker idrettsråd»
- **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: Kjell Erik Hansen Kj-er@online.no / tlf. 91178624
- **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
- **Sterk og stødig! Gruppetrening for seniorer** Treningen varer en time og gjennomføres en gang i uka, på dagtid: Nore Velhus (Nordkisa), Gystad Velhus (Ekornrud), Lykkebo (Jessheim), Kløfta IL (Kløfta). For informasjon og påmelding kontakt: Frivilligsentralen tlf.902 96 332 / frivilligsentralen@ullensaker.kommune.no
- **Seniordans Jessheim** Tirsdag kl. 1530-1730, Frivillighetens hus. 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



- **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 på 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.

Les mer [www.ullensaker.kommune.no/aktivfritid](http://www.ullensaker.kommune.no/aktivfritid)

### **Pensjonistforeninger & interessegrupper for seniorer**

- 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
- Ullensaker Eldreråd. Kontakt: Eva M. Gullichsen eva\_gull@hotmail.com / tlf. 926 48 238

### **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.

Se også [www.ullensaker.kommune.no/senior](http://www.ullensaker.kommune.no/senior)

#### **Spørsmål?**

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

E-post: [kathrine.oynebraten@ullensaker.kommune.no](mailto:kathrine.oynebraten@ullensaker.kommune.no)

*NB! Forbehold om endringer i programmet*