



Livsglede i Ullensaker

- for seniorer -

SEPTEMBER 2026

Tirsdag 1. sept.



Seniornett: Datakafé kl. 13.30-14.30, Ullr, Ullensaker kulturhus

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 1. sept.



Sopptur med soppekspert kl. 17.30

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

Tirsdag 1. sept.



«I en morders fotspor» - 100 år siden lensmannsmordene kl. 18.00, Lund grendehus

Høytlesning fra boka og visning av snutter fra filmen «To mistenkelige personer». Mulighet til å lese avisartikler fra jakten på morderne. Besøk av Svein Syversen, forfatter fra Østfold, som lanserer ny bok om hendelsen denne kvelden. Gratis inngang. Arr: Børge-Borgere, Lund grendehus

Tirsdag 1. sept.



Jazzkonsert kl. 19.00, Kløfta gamle skole

Jazzkonsert med Linn McDonnel, Henrik Haugen og Håkon Huldt på Kløfta gamle skole. Servering av kaffe og kringle. Medlemmer kr. 50. Ikke medlemmer kr. 100. Arr: Venneforeningen Kløfta gamle skole

Onsdag 2. sept.



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 2. sept.



Bok-Kaffen: Bokprat med Katrine Gromsrud, 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



Torsdag 3. sept.



Formiddagstreff kl. 10.30-12.30, Mogreina menighetshus

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. Arr: Mogreina menighet

Torsdag 3. sept.



Erik Fosse: Helsearbeid i krigssoner kl. 12.00-13.30, Ullr, Ullensaker kulturhus

Erik Fosse norsk musiker, lege og professor i medisin ved Universitetet i Oslo. Spesialist i generell kirurgi og thoraxkirurgi. Kjent for operativt helsearbeid ved sykehus i Gaza.

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 3. sept.



Jazzduoen Harr & Hartberg med band kl. 19.00, Sundbytunet

Skuespiller Thorbjørn Harr og Aslak Hartberg fra Klovner i kamp er jazzduoen Harr og Hartberg. Med seg til Jessheim har de et stjernelag av jazzmusikere. Duoen debuterte i 2015, og siden da har de gitt ut to plater til og spilt på jazzfestivaler og jazzklubber over hele landet. Alle tekstene er spesialskrevet av Lars Saabye Christensen. Arr: Ullensaker kulturhus

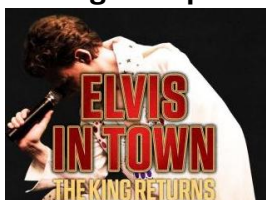
Fredag 4. sept.



Pakkhusets kulturkafé: Underholdning v/ Torkel Nerbye kl. 10.30-12.00, Frivillighetens hus

Underholdning/foredrag starter kl. 1100. Kr. 70 inkl. kaffe og kake kl. 10.30. Arr: Ullensaker frivilligsentral

Fredag 4. sept.



"Elvis in town" - Elvis Presley tribute kl. 20.00, Kulturbanken Kreti & Pleti

Det blir et uforglemmelig show med herlig musikk, hoftebevegelser som fortsatt skaper overskrifter og artige kommentarer slik ekte konger gjør. Så ta turen, syng med full hals og nyt når Las Vegas inntar Jessheim!

Besetning: Didrik Løvlund, Kjetil Lileaas, Gudmund Bratlien, Knut Follerås, Kent Årøe, Hedda Arien Olsen, Markus Rogne, Michelle Garbathuler og Roy Granum. Arr: Kulturbanken Kreti & Pleti

Lørdag 5. sept.



Barnas kulturdag 2026 - ta med deg barnebarna! kl. 1100-1500, Ullensaker kulturhus

Denne lørdagen er kulturhuset fylt med morsomme konserter, teaterforestillinger, aktiviteter hele dagen. Og det beste av alt; nesten alt er gratis. For program se www.barnaskulturdag.no

Arr: Ullensaker kommune v/ enhet Kultur



Søndag 6. sept.

**ULLENSAKER
TURLAG**

Nære eventyr - på tur der du bor

Kom deg ut dagen! – familiearrangement i skogen kl. 11.00

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

Arr: Ullensaker turlag

Mandag 7. sept.



BokPrat med bibliotekarene kl. 13.00-14.00, 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

Tirsdag 8. sept.



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 8. sept.



Seniornett: Lær å bruke kunstig intelligens (KI/AI) v/Kjell Martin Holen kl. 13.30-14.30, Frivillighetens hus

På dette kurset skal vi lære å bruke KI på enklest mulige vis. Du vil lære å bruke de enkleste og mest vanlige KI ene, ChatGPT, Copilot og Gemini. Alle bør ha med mobil, iPad eller PC slik at dere får gjøre det selv i praksis. Hvis du ikke har med eget utstyr, kan du se over skulderen til naboen. Det vil være godt med veiledere til stede slik at du får hjelp mens vi holder på. Etter dette kurset skal hver enkelt være i stand til å bruke den enkleste form for KI på egen hånd. Det vil garantert være nyttig og falle i smak hos de fleste! Arr: Seniornett Ullensaker

Tirsdag 8. sept.



Allsangkonsert "Fra Jessheim til New Orleans" kl. 19.00, Jessheim kirke

Svingende allsangkonsert med Majken Christiansen, sang, Georg Reiss, klarinett/sax, Wollert Krohn-Hansen, flygel, kammerkoret Voce og Ullensaker kirkekor. På repertoaret står bl.a. New Orleans-klassikere som "Oh when the Saints», samt flere norske sanger og salmer. Arr: Jessheim og Hovin menighet

Tirsdag 8. sept.



Foredrag om Borghild Tranum Rør – Romeriksbunadens mor kl. 19.00, Kløfta gamle skole

Tore Østvang gjester oss med foredraget: Borghild Tranum Rør. Romeriksbunadens mor. Vi serverer kaffe og kringle. Medlemmer kr. 50. Ikke medlemmer kr. 100. Arr: Venneforeningen Kløfta gamle skole

Onsdag 9. sept.



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 9. sept.



Bok-Kaffen: Forfatterbesøk-Kristi Kinsarvik kl. 12.00-13.00, Kløfta bibliotek

Kristi Kinsarvik har laget forestillinger om søstrene Bokken Lasson og Oda Krohg. Nå har hun knyttet livene til de to søstrene sammen, og skrevet en bok. Fri entré. Enkel servering. Arr: Ullensaker bibliotek

Onsdag 9. sept.



Skrivekurs - Ta vare på minnene kl. 15.00-17.30, Jessheim bibliotek

Trenger du litt oppmuntring og noen gode råd for å komme i gang med å skrive om minnene dine? Verden er i rask endring, og du tenker kanskje på at vi må ta vare på minnene fra i går, for barn og barnebarn. Forfatter Kristi Kinsarvik gir deg noen gode råd om hvordan du kan ta vare på det du har skrevet. Og så leser hun litt fra boka si. Ønsker du å bli med på skrivekurset? – påmelding til er biblioteket@ullensaker.kommune.no. Arr: Ullensaker bibliotek

Torsdag 10. sept.



Paneldebatt om kulturminnevernet i Ullensaker kl. 18.00

Hvordan skal beslutningstakere i Ullensaker håndtere kulturminnevernet i kommunen fremover? Møtet setter søkelyset på aktuelle utfordringer knyttet til bygningsvern, kulturarv og forvaltning av historiske verdier i kommunen, uten et kommunalt museum til å forvalte dette.

NB! for arrangementssted følg med på www.ullensakerhistorielag.no.

Arr: Ullensaker historielag

Torsdag 10. sept.



The Simon & Garfunkel Story kl. 19.00, Ullensaker kulturhus

The Simon & Garfunkel Story har turnert i 50 land, med to førsteklases besetninger, og har opptrådt på London Palladium gjentatte ganger. Du kan forvente fantastiske sangere og talentfulle musikere som skaper en sterk stemningsopplevelse, underbygget av autentisk bakgrunnsvideoer og lyssetting. Arr: Ullensaker kulturhus

Fredag 11. sept.



Pakkhusets kulturkafé: Underholdning v/ Raymond Løvhaugen kl. 10.30-12.00, Frivillighetens hus

Underholdning/foredrag starter kl. 1100. Kr. 70 inkl. kaffe og kake kl. 10.30. Arr: Ullensaker frivilligsentral

Lørdag 12. sept.



How Sweet It Is! Stina Stenerud og Audun Skjølberg m/band kl. 20.00, Kulturbanken Kreti & Pleti

En real feelgood-pakke som hyller to av pophistoriens største låtskrivere: James Taylor og Carole King. Superlativene har haglet fra publikum. Dette er bare noen av tilbakemeldingene på sosiale medier: "En fantastisk konsert!" "Det der er noe a det beste jeg har hørt", "Helt nydelig!". Nå er det Kreti & Pleti's tur til å ha dem på scenen. Og Stina og Audun har med seg et solid og rutinert band. Arr: Kulturbanken Kreti & Pleti

Søndag 13. sept.



Tur til Terrorly (gjemmested for hjemmefronten) kl. 10.00

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



Mandag 14. sept.



Delt leseopplevelse kl. 13.00-14.00, 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. Underveis stopper vi opp og snakker om våre opplevelser av teksten. Det kreves ingen forberedelser, og du må ikke si noe for å delta i lesefellesskapet.

Arr: Ullensaker bibliotek

Tirsdag 15. sept.



Seniornett: Foredrag om Europeiske alternativer til Microsoft og Google v/ Bjørn Støverud kl. 13.30-14.30, Frivillighetens hus

Vår avhengighet av amerikanske techgiganter reiser i stadig større grad spørsmål om kontroll, personvern og digital suverenitet. I dette foredraget ser vi på norske og europeiske alternativer som kan bidra til mere robuste og fremtidsrettede teknologivalg, i tråd med europeiske verdier og regelverk. Ingen påmelding. Arr: Seniornett Ullensaker

Tirsdag 15. sept.



"Aldri alene" - Hans Esben Gihle // Verdensdagen for psykisk helse og Verdensdagen for selvmordsforebygging kl. 18.00, Ullensaker kulturhus

I Hans Esben Gihle soloforestilling blir det humor, historier og små glimt av alvor, og selvfølgelig sang. Det blir en varm, satirisk og latterfylt forestilling om identitet, frihet – og om å prøve å rømme fra seg selv, uten særlig hell.

Arr: LEVE-treff Øvre Romerike, Ullensaker frivilligsentral, Fontenehuset Ullensaker og Den norske kirke i Ullensaker

Onsdag 16. sept.



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 16. sept.



Bok-kaffen: besøk av Prisonmade Romerike kl. 1200-1300, Kløfta bibliotek

Romerike fengsel, ved avdelingene Ullersmo og Kroksrud, har åpnet butikk i lokalsamfunnet. I butikken jobber innsatte og ansatte sammen i et tilbud som gir opplæring og arbeidserfaring innen salg og service. Arr: Ullensaker bibliotek

Onsdag 16. sept.



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

Torsdag 17. sept.



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. Underveis stopper vi opp og snakker om våre opplevelser av teksten. Det kreves ingen forberedelser, og du må ikke si noe for å delta i lesefellesskapet.

Arr: Ullensaker bibliotek



Torsdag 17. sept.



Viggo Venneløs kl. 19.00, Ullensaker kulturhus

Viggo Venn står midt mellom latter og alvor. I Viggo Venneløs utforsker han det vakre i det rare og det rare i det vakre. Gjennom dansetrinn du ikke visste fantes, musikk du ikke visste du trengte og fysisk humor som treffer rett i hjerterota. Vesten er av. Dette er en forestilling full av latter bevegelse og varme – for voksne som vil både le og føle. Arr: Ullensaker kulturhus

Torsdag 17. sept.



Helene Sandvig kl. 18.00, Frivillighetens hus

Helene Beate Sandvig er en norsk journalist og programleder ansatt i NRK. Hun har blant annet vært programleder i helseprogrammene Helse-refleks, Puls og dokumentarserien Helene sjekker inn. I 2019 utgav hun boka Et langsomt farvel på Kagge Forlag. Boka er en personlig beskrivelse om hennes far som gikk bort i demens i 2015. Salg av bøker. Enkel servering. Fri entré. Arr: Ullensaker Demensforening, Ullensaker frivilligsentral

Fredag 18. sept.



Operapub kl. 19.00, Herredshuset

Velkommen til et nytt og uformelt konsept: Operapub på Herredshuset! Operasanger Eline Korbi er født og oppvokst på Jessheim, og har med sin sterke sceniske tilstedeværelse markert seg som en stemme på vei opp i norsk musikkliv. Med seg har Eline den norske tenoren Markus Bjørlykke og pianist Olga Jørgensen. Arr: Ullensaker kulturhus

Lørdag 19. sept.



The Magic of Alexx Alexander 2.0 kl. 19.00, Ullensaker kulturhus

Alexx Alexander er tilbake med nytt show! Gå ikke glipp av denne unike muligheten til å oppleve den berømte illusjonisten på nært hold i dette spektakulære showet uten norsk sammenligning. Alexx Alexander og hans team åpner dørene til en magisk aften med illusjoner og shownummer du aldri har sett maken til. Publikum i alle aldre over hele Norge skal forbløffes og fortrylles. Arr: Ullensaker kulturhus

18. – 27. sept.



Seniordager 2026 i Ullensaker!

18. - 28. september blir det Seniordager i Ullensaker. Et spennende og interessant program. For program se www.ullensaker.kommune.no
Arr: Ullensaker frivilligsentral, Ullensaker kommune v/ enhet Kultur

Mandag 21. sept.



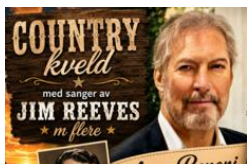
Lesesirkel: «Korkøya» av Roxana Sobrino Triana, Jessheim bibliotek

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. Gratis deltakelse. Arr: Ullensaker bibliotek



Seniordager 2026 i Ullensaker! 18. – 27. september

Et spennende og interessant program. Noen smakebiter:



Fredag 18. september

11.00 Pakkhusets kulturkafé: Høstjazz med UllJazz, Frivillighetens hus

Søndag 20. september

17.00 Countrykveld v/ Arne Benoni, Nordkisa frivilligsentral



Mandag 21. september

13.00 Lesesirkel: «Korkøya» av Roxana Sobrino Triana, Kløfta bibliotek

17.00 Countrymusikk & Cowboyfest v/ Bare 1, Frivillighetens hus



Tirsdag 22. september

11.00 Kløfta kulturkafé: Dansebandmusikk v/ Mr. Ray Kløfta velhus

13.30 Seniornett: Hvordan redigere bilder på din mobil, Frivillighetens hus

19.00 Bli med på dansekveld med Leikarringen Rakne, Allergot ungdomsskole



Onsdag 23. september

11.00 Aktiv i 100! - tur i nærmiljøet, oppmøte Frivillighetens hus

12.00 BokKaffe: Lesestund med Karin Strømdahl

13.30 Seniorkino, Ullensaker kino

14.00 Sitteyoga, Kløfta frivilligsentral

17.00 Tid for latter! «Lommetyveri, Svindel og Bedrag» v/ Geir Gjelten
Frivillighetens hus



Torsdag 24. september

14.00 Siste nytt i Ullensaker! v/ ordfører Ståle Lien Hansen Frivillighetens hus

17.00 Latin-Amerika – verdens bakgård v/ Eva Bratholm og Joar H. Larsen
Frivillighetens hus



18.00 Seniordans, Kløfta velhus

Fredag 25. september

10.00 Nordkisa «Gubbeklubb», Nordkisa frivilligsentral

11.00 Pakkhusets kulturkafé: Jazzbandet «Løs Snipp», Frivillighetens hus



Lørdag 26. september

15.00 Beatcats, Frivillighetens hus



Søndag 27. september

11.00 Høsttakkefest, Mogreina kirke

15.00 Markering av Den Internasjonale 2026 - «Evig ung, when you are old»
med Rune Larsen og Anne Veddeng, Ullensaker kulturhus

For fullstendig program se www.ullensaker.kommune.no

Arr: Ullensaker frivilligsentral, Ullensaker kommune v/ enhet Kultur



Tirsdag 22. sept.



Seniornett: Enkel bilderedigering på mobil kl. 13.30-14.30, Frivillighetens hus

Kurs: Enkel bilderedigering på mobil v/ Bente Støverud. I dag skal vi lære å bruke enkle verktøy for lys, farge og utsnitt. Lage KI-bilder med tekstbeskrivelser og kombinere egne bilder med KI. Ingen påmelding.
Arr: Seniornett Ullensaker

Tirsdag 22. sept.



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 22. sept.



Bli kjent i Holtmarka kl. 18.00

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

Tirsdag 22. sept.



Bli med på klamping kl. 18.00, Borgen klubbhus

Kast deg i det og bli med på klamping på Borgen. Mulig å låne store 5-øringer til å kaste på stikka med. Ta med noe å sitte på. Kaker og kaffe serveres.
Arr: Børge-Borgere

Onsdag 23. sept.



Pårørendekonferansen 2026 kl. 09.00-15.00, Ullensaker kulturhus

Vi inviterer til felles visning av Påførendekonferansen. Hvordan står vi i ansvaret når vi møter motstand? Dette er et arrangement for deg som er påførende, fagperson eller bare ønsker mer innsikt i påførenderollen. Arrangementet er gratis, men krever påmelding. Arr: Ullensaker kommune

Onsdag 23. sept.



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 23. sept.



Damenes aften: Camilla Laache – Jessheimjente kl. 19.00, Herredshuset

Denne kvelden får vi besøk av Camilla Laache - Jessheimjente kjent fra God Morgen Norge på TV2. Hun forteller om seg selv og veien frem til i dag og vi er sikre på at hun har noen spennende fortellinger å komme med.
Vipps kr. 150 til Aud tlf. 900 37 119 eller Marianne tlf. 952 67 252.
Arr: Damens aften

Torsdag 24. sept.



Språkkafé kl. 17.30-19.00, 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, Redd Barna og NAV Arbeid og Inkludering



Torsdag 24. sept.



Trygve Skaug // Vocus // kl. 20.00, Kulturbanken Kreti & Pleti

Trygve Skaug er ikke bare en låtskriver og musiker, han er en av Norges mestselgende poeter, en stemme som hvisker, roper og favner. Ordene hans vandrer fra hånd til hånd, deles som hemmeligheter i natten, som lys i mørket. Nå har du muligheten til å oppleve ham på den beste intimsenen på Jessheim! Arr: Kulturbanken Kreti & Pleti, Vocus

Fredag 25. sept.



Pakkhusets kulturkafé: Jazzbandet «Løs snipp»

kl. 10.30-12.00, Frivillighetens hus

Underholdning/foredrag starter kl. 1100. Kr. 70 inkl. kaffe og kake kl. 10.30. Arr: Ullensaker frivilligsentral

Fredag 25. sept.



Åpent hus kl. 13.00-15.00, Kløfta gamle skole

Åpent hus på Kløfta gamle skole. Vi serverer kaffe og kake. Utlodning. Gratis inngang. Arr: Venneforeningen Kløfta gamle skole

Lørdag 26. sept.



Offisiell åpning av Romeriksutstillingen 2026 kl. 14.00, Galleri Jessheim

Malier, grafikk, foto, tegning, tekstil, skulptur og andre teknikker.

Utstillingsperiode 26. september - 18. oktober. Fri entré.

Arr: Ullensaker kunstforening

Lørdag 26. sept.



Helgetur på Taterstien fra Skårer i Lillestrøm til Rånåsfoss

langs vakre Glomma kl. 14.30

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

Arr: Ullensaker turlag

Mandag 28. sept.



Strikk & lytt kl. 13.00, Jessheim bibliotek

Mens bibliotekets ansatte leser høyt utdrag fra romaner, noveller eller dikt, kan tilhørerne lene seg tilbake og bare lytte – eller strikke, hekle og brodere mens de lytter. Gratis deltakelse. Arr: Ullensaker bibliotek

Onsdag 30. sept.



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 30. sept.



Bok-Kaffen: Jan Freddy Aurstad: Australia tour - 4036 km fra Perth til Sydney 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 30. sept.



Strikketreff kl. 19.00-21.00, Mogreina menighetshus

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

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

Kommer...

Torsdag 1. okt.



Kjetil Raknes: Hvit makt i USA kl. 12.00-13.30, Ullr, Ullensaker kulturhus

Foredrag v/ Ketil Raknes om temaet hvit makt i USA. I dette foredraget vil Raknes gi oss nøkkelen til å forstå dagens USA og rasismens vedvarende politiske kraft.

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

Tirsdag 6. oktober



Foredrag: Herman Wedel Jarlsberg- greve i det nye Norge kl. 19.00, Kløfta gamle skole

Foredrag "Herman Wedel Jarlsberg- greve i det nye Norge" v/ pensjonert lærer Vigdis Skaar Nygaard. Vi serverer kaffe og kringle. Medlemmer kr. 50. Ikke medlemmer kr. 100. Arr: Venneforeningen Kløfta gamle skole

9. & 10. oktober



Romerike Musikkteaterskole presenterer Snehvit, Ullensaker kulturhus

Et eventyr du tror du kjenner – slik du aldri har opplevd det før. Et fredelig kongerike blir kastet ut i mørket når en ond dronning tar makten. Den rettmessige prinsessen Snehvit må flykte fra slottet og legger ut på en farefull reise gjennom en magisk skog. For tidspunkt og billetter se www.ullensaker.kulturhus.no.

Arr: Ullensaker kulturhus

Lørdag 10. okt.



Kulturnatt 2026 med bl.a. lysvandring rundt Nordbytjernet

Denne kvelden fylles Ullensaker med kultur, opplevelser og magisk stemning når Kulturnatt går av stabelen. I tradisjon tro blir det lysvandring rundt Nordbytjernet. Programmet blir lagt ut på www.ullensaker.kommune.no i slutten av september.

Arr: Ullensaker kommune v/ enhet Kultur i samarbeid med lag/foreninger og andre kulturaktører

Torsdag 15. okt.



"Menneskemøter" - Petter uteligger kl. 17.00, Frivillighetens hus

«Menneskemøter» er et populært foredrag av Petter Nyquist, kjent som Petter Uteligger, der han deler sterke, ærlige og personlige historier om møter med ulike mennesker gjennom sine år med TV-dokumentarer og sosiale prosjekter. Fri entré. Arr: Fontenehuset, Hovin menighet, Ullensaker frivilligsentral



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

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

Forsvarets flysamling

Flysamlingen har en unik samling av nærmere 40 fly som spenner over hele historien til Luftforsvaret – fra pionértiden på begynnelsen av 1900-tallet til moderne jagerfly. Samlingen gir et ærlig og unikt innblikk i norsk luftfart, både i krig og fred. Flere av flyene er enestående i både norsk og internasjonal sammenheng, og de vitner om Luftforsvarets utvikling gjennom tidene.

www.forsvarshistoriskmuseum.no/flysamlingen

Onsdagskafé - 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

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

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



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: tirsdager 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.
- 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: 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
- Perling: tirsdag kl. 18.00-20.00, Kløfta frivilligsentral
- Strikkekafé og annen hobby tirsdag kl. 1000-2000, Kløfta frivilligsentral
- Kvinnetreff – for kvinner fra hele verden: tirsdag kl. 1800-2000, Kløfta frivilligsentral
- Omsøm av klær: tirsdag kl. 15.00-17.00, Kløfta frivilligsentral
- Sitteyoga: onsdag kl. 1330-1430, Kløfta frivilligsentral
- Håndarbeidstreff med Ullensaker husflidslag: annenhver onsdag (partallsuker)
- kl. 1200-1400, Kløfta frivilligsentral
- Trilletreff 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
- Trilletreff tirsdag kl. 1000-1400, Nordkisa frivilligsentral
- Maleglede med Greta K. Braathen: onsdag kl. 1000-1400, Nordkisa frivilligsentral
- Etter skoletid onsdag frem til kl. 1600, Nordkisa frivilligsentral
- Sitteboccia/uteboccia: 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



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

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.

Les mer 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 menighetssenter
- Ullensaker kirkekor øvelse tirsdag er kl. 1900-2100, Ullensaker kirke

Les mer 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/ 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 Revmatikerforening: Ut-å-gå-grupper**
 - Kløfta: Torsdag kl. 11.00. Oppmøte Boots apotek, Romerikssenteret. Kaffe på kaféen på Kløfta bo- og aktivitetssenter etter turen. Kontakt Hilde B. Westheim tlf. 930 52 231.
- **Ullensaker Sanitetsforening**
 - Eldretrim: mandag kl. 1100 (ikke i skoleferier), Lykkebo, Jessheim. Kontakt: Wenche Fagerlid ullensaker.sanitetsforening@gmail.com / tlf. 97 77 88 17
 - Kløvertur: Mandag kl. 11.00. Sommerhalvåret oppmøte Hovin skole kl. 11.00. Ta med kaffe og lunsj som nytes på Raknehaugen. Vinterhalvåret oppmøte Bahustunet, Gjestad. Vi drikker kaffe på Gjestad kafe etter turen. Vi går i et tempo tilpasset alle, hovedsaken er å komme seg ut og ha et hyggelig samvær med andre. Kontakt Elisabeth tlf. 905 45 034.

Les mer 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

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





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.

Et godt og tilgjengelig kulturtilbud er viktig gjennom hele livet. Kultur har en egenverdi, men deltagelse i forskjellige kulturaktiviteter, både som publikummer og utøver, er sterkt forebyggende, helsefremmende og bidrar til økt livsglede. I Ullensaker kommune er det mange kultur- og aktivitetstilbud for seniorer.

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

NB! Forbehold om endringer i programmet