

Månedsoversigt for juni 2025

Indhold:

- Nyt fra Bestyrelsen
- Månedens aktivitets kalender
- Lidt om aktiviteter

Månedens billede fra Fotogruppen

Fotokonkurrencen for maj havde emnet "Mennesker og smartphones". I denne måned var bedste billede indsendt af Mogens Hallander.



Mogens skriver om billedet: Billedet "Mennesker og smartphones" Billedet er taget på Odense station af 4 ventende mænd, mine bekendte, der blev bedt om at tage deres mobiltelefoner frem - og se lidt eftertænksomme ud. Det sidste lykkedes vist kun delvist.

Billedet er taget med en iPhone 12 mini 4,25mm F/1.6 og 1/30 sek. og iso 500.

Nyt fra Bestyrelsen

- I denne måned er der megen spisning på tapetet og derfor har Bestyrelsen besluttet at vi vil have 3 forskellige måder at gøre dette på.
 1. Vi indkøber frokost og anretter den. Menuen vil bestå af sild, noget lunt, salat og ost, samt brød.
 2. Der være et stort arrangement, sammen med Sundhedscenteret, hvor der vil være en menu sammensat af Madholdet.
 3. Vi vil forsøge med sammenskud, forstået således, hver deltager bliver bedt om at møde op med en ret til 4 personer.
- Planlægningen af denne måneds aktiviteter er foretaget på mødet den 7. maj 2025, som en del af vores ordinære onsdagsmøde. På første møde i juni vil vi planlægge aktiviteter for juli/august.



juni måneds aktivitetskalender.

MødeDato	Møde	Mødedag og tid	Lokation	Supplerende information	Tilmelding	ML
02-06-2025	Kortspil	Mandag, kl.15.00	Medborgercenter, Nordens Plads 16		Nej	
04-06-2025	Onsdagsmøde	Onsdag, kl. 12.30	Villaen – Tesdorpsvej 23, 2000 Frb.	Frokost fra kl. 12.30	Nej	PB
05-06-2025	Motion	Torsdag, kl. 18.15	Dronningensvej 4		Nej	
09-06-2025	Kortspil	Mandag, kl.15.00	Medborgercenter, Nordens Plads 16		Nej	
10-06-2025	Madlavning	Tirsdag, kl 19.00	La Courvejens skole		Nej	
11-06-2025	Onsdagsmøde	Onsdag, kl. 13.00	Villaen – Tesdorpsvej 23, 2000 Frb.	Mens Intl Health week	Nej	BB/PB
12-06-2025	Motion	Torsdag, kl. 18.15	Dronningensvej 4		Nej	
16-06-2025	Kortspil	Mandag, kl.15.00	Medborgercenter, Nordens Plads 16		Nej	
17-06-2025	Foto	Tirsdag, kl. 16.30	Villaen – Tesdorpsvej 23, 2000 Frb.		Nej	
18-06-2025	Onsdagsmøde	Onsdag, kl. 14.00	Villaen – Tesdorpsvej 23, 2000 Frb.	Frokost med sammenskud	Nej	KB
19-06-2025	Motion	Torsdag, kl. 18.15	Dronningensvej 4		Nej	
23-06-2025	Bestyrelsesmøde	Mandag,kl. 17.00	Villaen – Tesdorpsvej 23, 2000 Frb.		Nej	
25-06-2025	Onsdagsmøde	Onsdag, kl. 14.00	Gåtur i Frederiksberg have	Kaffe hos Funder	Nej	
26-06-2025	Motion	Onsdag, kl. 14.00	Dronningensvej 4		Nej	
02-07-2025	Onsdagsmøde	Onsdag, kl. 14.00	Gåtur i Frederiksberg have	Kaffe på Tesdorpsvej 23	Nej	BF
09-07-2025	Onsdagsmøde	Onsdag, kl. 14.00	Gåtur i Frederiksberg have	Kaffe hos Funder	Nej	
16-07-2025	Onsdagsmøde	Onsdag, kl. 14.00	Gåtur i Frederiksberg have	Kaffe på Tesdorpsvej 23	Nej	KB
23-07-2025	Onsdagsmøde	Onsdag, kl. 14.00	Gåtur i Frederiksberg have	Kaffe hos Funder	Nej	
30-07-2025	Onsdagsmøde	Onsdag, kl. 14.00	Gåtur i Frederiksberg have	Kaffe på Tesdorpsvej 23	Nej	BF
06-08-2025	Onsdagsmøde	Onsdag, kl. 14.00	Gåtur i Frederiksberg have	Kaffe hos Funder	Nej	



Omtale af nogle af vores aktiviteter

Frokost og hygge.

Vi spiser en hjemmelavet frokost med sild, lunt, salat og ost, samt brød.

Efter vi har spist, vil vi tale om hvad der skal være programmet for august måned. Endelig vil vi lege lidt med nogle kort og vi tror det bliver hyggeligt.

Onsdag d. 7. maj kl. 12.30 – Villaen, Tesdorpsvej 23, 2000 Frederiksberg –Tovholder: Poul Brøchmann

Frederiksberg fejrer Men's International Health week.

Sammen med Frederiksberg Sundhedscenter vil fejre dagen og vi har sammensat et spændende program som foreløbigt ser ud som følger:

- Kl. 13.00: Folk ankommer og der er kaffe på kanden
- Kl. 13-15: Vi afholder en lille konkurrence for at teste vores fysiske/sociale evner – man skal gå en lille tur af 5 minutters varighed, hvorunder man skal tale med sin sidemand og vi finder dagens hurtigste par.
- Kl. 13-15.30: Alle der har lyst kan få foretaget et lungetjek, lavet en screening for type-2-diabetes og evt. en nysgerrig snak om alkohol. Det står Frederiksberg Sundhedscenter for. På vores tv vil vi løbende vise noget info på skærmen.
- Kl. 14.30: Besøg af politikker/skuespiller eller lignende som holder en kort tale.
- Kl. 15-16: Maden serveres. Menuen er klar: Agurkesuppe, grillstegt laks, sund kold kartoffelsalat, alkoholfri øl, sodavand
- Kl. 20.00: Tak for i dag.

Onsdag d. 11. juni kl. 13.00 – Villaen, Tesdorpsvej 23, 2000 Frederiksberg –Tovholder: Bestyrelsen

Frokost og hygge

I dag står I selv for frokosten. Vi vil gerne prøve noget nyt og derfor foreslår vi, at vi mødes til fælles frokost, hvor I hver medbringer noget mad til 4 personer. Man får også mulighed for at anvende vores grill. Den er tændt.

Vi sørger for brød og drikkevarer.

Vi ser det også som lidt af en analyse for at se hvad I som medlemmer, selv vil kunne finde på at servere som frokost, hvis I skulle stå for en frokost.

Huset er åbent fra kl. 11.00

Onsdag d. 18. juni kl. 11.00 – Villaen, Tesdorpsvej 23, 2000 Frederiksberg –Tovholder: Keld Baerens



Info om faste aktiviteter du kan deltage i.



Mad-, Motions-, - Kortklubben og Fotogruppen.

Nedenfor finder I omtale af de faste aktiviteter hos Mænds Mødesteder Frederiksberg. Det kan være til inspiration for andre medlemmer og måske give dem lyst til at deltage. Info om samtalegrupper og kirkekoncerter kommunikeres direkte mellem interesserede deltagere.

Motionsholdet Vi træner hver torsdag. Har du også lyst til at træne din krop eller få et bedre kondital, så er der også plads til dig på holdet. Så kontakt tovholder for nærmere information.	Torsdage - Kl. 18.15-19:15 Dronningensvej 4 Egenbetaling kr. 50 pr. md. Tovholder: Finn Myken Tlf.: 51790078
Fotogruppen Fotogruppen mødes fast en gang om måneden for fælles at debattere og vælge det bedste foto i det aktuelle fototema. Vi prøver også i fællesskab at blive dygtigere til teknik m.h.t. lukketid, blænde, iso mm. Kunne du tænke dig at være med, er du meget velkommen. Kontakt tovholder for nærmere information.	En tirsdag i måneden kl. 19.00 Medborgercentret Nordens Plads 16A Tovholder: Mogens Hallander. Tlf.: 20201196
Madholdet Madholdet mødes hver anden tirsdag i lige uger i skolekøkkenet på Skolen på la Coursvej. Køkkenet ligger på 4. sal. Vi mødes kl. 16:30 og tilbereder maden, hvorefter vi spiser sammen. Inden vi går hjem ved 20-tiden, rydder vi op så køkkenet ser ud, som da vi kom. Vi betaler 600 kr. pr. sæson og skiftes til at finde madopskrifter, købe madvarerne. Vi laver maden i fællesskab. Har du lyst til at være med på madholdet, så kontakt Tovholder. Tovholder: Bjarne Foldberg (bjafol@gmail.com / mobil – Tlf.: 61294129)	
Kortklubben Vi spiller Whist på hygge-niveau. Alle kan være med. Er du ikke til kortspil, er der også mulighed for at få en kop kaffe og en hyggesnak.	Mandage Kl. 15-17:00 i Flexlokalet. Medborgercentret Nordens Plads 16A Tilmelding: Nej og ingen egenbetaling. Tovholder: Anders Ryan Jensen Tlf.: 30461014
Samtalegrupper: Vi har én samtalegruppe. Har du lyst til at starte en ny samtalegruppe, så kontakt formanden, som vil prøve at hjælpe dig.	Ugedag og tid aftales fra gang til gang. Når der er ønske om ny gruppe, finder vi en, der kan være tovholder.