

# AUSTRÅTT SENIORSENTER

ved Høyland menighetshus  
Svebastadveien 125, 4325 Sandnes  
Telefon 47 47 85 84  
Mail: [mr533@kirken.no](mailto:mr533@kirken.no)  
Vipps: 133591



## **Kom og bli med på våre aktiviteter!**

Senteret drives av Høyland menighet med tilskudd fra Sandnes kommune. Vi har to ansatte og mange frivillige hjelpere. Mange kjekke aktiviteter på formiddagen. Stå på vår epost liste eller ta med informasjon fra senteret. Informasjon kan også sendes på bilde over telefon. Ta kontakt med oss.

**Åpningstider:** Tirsdag og torsdag kl. 09.00 - 14.00. Telefonen er også betjent på mandager fram til klokken 11.00.

**Servering:** Tirsdag og torsdag serveres middag, suppe/dessert og kaffe kl. 12.30. Bestilling av mat gjøres pr. telefon innen klokken 09.00 samme dag. Mat kan også hentes på senteret. Vi kjører ikke ut middag.

**Priser:** Middag på senteret kr 120,- inkl. suppe/dessert og kaffe  
Middag med hjem kr 120,- inkl. suppe/dessert

**Aktiviteter:** Tirsdag og torsdag er det treff, kaffe og aktiviteter på formiddagen 😊

**Andakt/sang:** Annenhver torsdag ved en fra menighetskontoret.

**Sangstund:** Sangstund første tirsdagen i måneden klokken 11.00 (med forbehold). Vi synger salmer og viser.

**Skyss:** Trenger du skyss til og fra senteret prøver vi å ordne det. Ta kontakt!

**Senteret har frisør og foterapeut, ta kontakt med senteret tlf. 47 47 85 84.**

**HØSTFEST - Austrått seniorsenter ved Høyland menighetshus**  
**Tirsdag 8. september klokka 11.00 i menighetssalen**



**Vi får besøk: Turi Rudningen med foredraget «Omsorgsfull saum».**  
Middagen koster kr 250,- og betales ved inngangen.  
**Påmelding innen torsdag 27. august til seniorsenteret, tlf. 47 47 85 84.**

---

## **HØSTMARKED**

**Austrått seniorsenter ved Høyland menighetshus**  
**Lørdag 31. oktober klokka 11.00 -15.00 i menighetssalen**

**Denne dagen blir det salg av mye fint. Kafé med grøt og kaker.**  
**Dette er en koselig måte å treffe sambygdinger på 😊**  
**Håper vi ser deg!**



## **JULEMIDDAG**

**Austrått seniorsenter ved Høyland menighetshus**  
**Tirsdag 1. desember klokken 11.00 i menighetssalen**

**Adventstanker ved sokneprest Gunther Theiss.**  
Julemiddag bestående av pinnekjøtt med tilbehør, dessert og kaffe.  
Middagen koster kr 250,- og betales ved inngangen.  
**Påmelding innen tirsdag 17. november til senteret, tlf. 47 47 85 84.**



<b>MENYLISTE</b>		<b>Det tas forbehold om endringer</b>	
<b>August</b>			
Tirsdag 11.		<b>Stek med tilbehør - Oppstart</b>	
Torsdag 13.		Klippfisk	
Tirsdag 18.		Kjøttdeigrett	
Torsdag 20.		Fiskegrateng	
Tirsdag 25.		<b>TUR</b>	
Torsdag 27.		Fiskeboller	
<b>September</b>		<b>Oktober</b>	
Tirsdag 1.	Torsk i form	Torsdag 1.	Salt torsk
Torsdag 3.	Blåfjellkarbonader	Tirsdag 6.	Baccalao
Tirsdag 8.	<b>Høstfest - Lammefrikassé</b>	Torsdag 8.	Kjøttkaker
Torsdag 10.	Stekt sei	Tirsdag 13.	Kylling
Tirsdag 15.	Laks/Ørret	Torsdag 15.	Pannekaker og bacon
Torsdag 17.	Komle	Tirsdag 20.	Siri's pølsegryte
Tirsdag 22.	Klippfisk	Torsdag 22.	Komle
Torsdag 24.	Kjøtt og suppe med klimper	Tirsdag 27.	Terteskjell
Tirsdag 29.	Kjøttpudding	Torsdag 29.	Fiskegrateng
<b>November</b>		<b>Desember</b>	
Tirsdag 3.	Torsk i form	Tirsdag 1.	<b>Julemiddag– pinnekjøtt</b>
Torsdag 5.	Lammefrikassé	Torsdag 3.	Fiskekarbonader
Tirsdag 10.	Salt kjøtt og ertersuppe	Tirsdag 8.	Fiskegrateng
Torsdag 12.	Aspik med tilbehør	Torsdag 10.	Kjøttkaker
Tirsdag 17.	Klippfisk	Tirsdag 15.	Fylt torsk
Torsdag 19.	Komle	Torsdag 17.	<b>Rømmegrøt og spekemat</b> <b>Pris kr 150,-</b>
Tirsdag 24.	Salt torsk		
Torsdag 26.	Svinefilet i saus	<b>NB!</b>	<b>Første dag med middag</b> <b>etter ferien blir 5. jan.</b>