



Vinter

I ODSHERRED 2010

- velvære i kulden

UGE 7

ALLE DAGENE

Et døgn
KOKKESKOLE PÅ DRAGSHOLM SLOT
 Både i uge 7 og 8 holder vi åbne kokkeskole dage med slotsophold. Her er det muligt at opleve og lære om det nordiske køkken fra jord til bord. Sund mad med friske råvarer fra omgivende skov, marker og strand.
Program:
 Check in kl. 14.00
 Kokkeskole kl. 14.30-17.30
 3-retters menu i Lammefjordens Spisehus.
 Overnatning med morgenmad.
Sted: Dragsholm Slot, Dragsholm Allé, Hørve
Pris: 1295,- kr./person i dobbeltværelse.
Tilmelding: 5965 3300 eller info@dragsholm-slot.dk

ALLE DAGENE

Kl. 13.00 - 17.00
SÆSONÅBNING I BRANDMUSEET
 Brandmuseet holder åbent hver dag i hele uge 7 fra 13.00 – 17.00, hvor der er mulighed for at se museets nyheder til sæson 2010. Bl.a. har museet fået en Ford V8 Stigevoan fra 1938.
Sted: Odsherred Brandmuseum, Industrivang 12, Asnæs
Entré: 10,- kr. / 30,- kr.

MANDAG 15/2

Kl. 9.00-10.00
ÆLDRESVØMNING
 Kom og vær med.
Sted: Asnæs Svømmehal
Pris: Almindelig entré

Kl. 10.00-15.00
SKAB BILLEDER TIL SVØMMEHALLEN
 Vi maler billeder til ophængning i svømmehallen.
Sted: Vig Svømmehal
Pris: Almindelig entré. (OBS: Dog undtagelse for bedsteforældre, se "Facts om Svømmehallerne").



Kl. 10.00 – 14.00
WELLNESSKURSUS FOR VOKSNE
 Kom og forkæl dig selv og skærp dine sanser i pagt med den smukke natur ved fjorden lige uden for kursuslokalerne. Oplev først velvære ved yogaøvelsernes afslappende og helbredende virkning og nyd dernæst duften og smagen af dejlig, sund mad, som tilberedes udelukkende af grøntsager og spændende, aromatiske krydderier.
 Medbring tæppe og underlag, samt varmt, løstsiddende lag-på-lag tøj.
Underviser: Yogalærer Marianne Ek
Kok: Solveig Kjærulf
Sted: Rorvig Sejlklubs klubhus
Pris: 100,- kr., der betales ved kursusstart. (Opskrifterne kan købes).
Tilmelding: Odsherred Dag og Aftenskole, oda@odadof.dk

Kl. 11.00-12.00
HURTIGST PÅ VANDRUTSJEBADE
 Børn op til 12 år kører på tid ned af vandruchebanen. (Præmie).
Sted: Nykøbing Svømmehal
Pris: Almindelig entré. (OBS: Dog undtagelse for bedsteforældre, se "Facts om Svømmehallerne").

Kl. 15.00-16.00
GÅ PÅ VANDET
 Kom længst ved at gå på en line, som er spændt ud i vandoverfladen. (Præmie).
Sted: Nykøbing Svømmehal
Pris: Almindelig entré

Kl. 15.00-16.00
UNGE-MOTION
 Unge-motion er for de 8-14-årige, træning for de lidt ældre børn. Vi har fokus på at lære maskinerne og deres påvirkning af musklerne at kende på en let og sjov måde, med vejledning fra en frisk instruktør.
Sted: Vig Motion, Møllevvej 54, Vig
Pris: Gratis
Tilmelding: inden 1. febr. på 5931 1032

Kl. 18.00-19.00
VANDGYMNASTIK FOR ALLE
 Prøv glæden ved at lave gymnastik i vand.
Sted: Nykøbing Svømmehal
Pris: Almindelig entré

TIRSDAG 16/2

Kl. 10.00 – 16.00
FILT I HØNSEHUSET
 Filtning for børn, men tag gerne mor og far med. Dagene byder på sjov og flot filtning, både for den øvede og uøvede. Kurset gennemføres også den 18., 22., 24. og 26. februar.
Sted: Josebjergvej 6, Fårevejle
Pris: Mindre materialeudgift
Arrangør: Odsherred Dag og Aftenskole oda@odadof.dk

Kl. 13.00-14.00
VANDGYMNASTIK FOR ALLE
 Prøv glæden ved at lave gymnastik i vand.
Sted: Vig Svømmehal
Pris: Almindelig entré

Kl. 14.00 - 17.00
PAPMACHE FOR BØRN OG VOKSNE
 LOF Odsherred inviterer til papmache-kursus for børn og forældre/bedsteforældre hos billed- og skulptørkunstneren, Berit Othman i Nr. Asmindrup, der viser hvor hurtigt og let det er at kreere små skulpturer i det fantastiske materiale, lige til at tage med hjem. Der undervises i små hold på max. 8 personer. Alle er velkomne fra 5 år, dog skal børn være i selskab med mindst 1 voksen.
Sted: Berit Othman's atelier, Hestehavevej 26, Nr. Asmindrup.
Arrangør: www.lof.dk
Pris: kr. 150,-/person, inkl. materialer.
Tilmelding: odsherred@lof.dk eller ring på tlf. 3030 4503

Kl. 16.00-17.00
SVØMMEKONKURRENCE
 Præmier på spil.
Sted: Asnæs Svømmehal
Pris: Almindelig entré

ONSDAG 17/2

Kl. 10.00 – 14.00
WELLNESSKURSUS FOR VOKSNE
Samme kursus som den 15. februar.
Underviser: Yogalærer Marianne Ek
Kok: Solveig Kjærulf
Sted: Rorvig Sejlklubs klubhus, Rorvig Havn
Pris: 100,- kr., der betales ved kursusstart. (Opskrifterne kan købes).
Tilmelding: Odsherred Dag og Aftenskole, oda@odadof.dk

Kl. 10.00-15.00
LOKALHISTORIE I SVØMMEHALLEN
 Kom med gamle billeder af Hallerne i Vig og vi bytter til en fribillet. Vi laver en ramme til billederne.
Sted: Vig Svømmehal
Pris: Gratis (Fribillet ifht. ovenstående)

Kl. 11.00-12.00
FORHINDRINGSBANE FOR BØRN
 25 m forhindringsbane på tid, for børn under 12 år. (Præmie).
Sted: Nykøbing Svømmehal
Entre: Almindelig entré. (OBS: Dog undtagelse for bedsteforældre, se "Facts om Svømmehallerne").

Kl. 13.00-14.00
GÅ PÅ VANDET
 Kom længst, ved at gå på en line, som er spændt ud lige i vandoverfladen. (Præmie).
Sted: Vig Svømmehal
Pris: Almindelig entré

Kl. 14.00 - 17.00
PAPMACHE FOR BØRN OG VOKSNE
Samme aktivitet som den 16. februar.
Sted: Berit Othman's atelier, Hestehavevej 26, Nr. Asmindrup.
Arrangør: www.lof.dk
Pris: kr. 150,-/person, inkl. materialer.
Tilmelding: odsherred@lof.dk eller ring på tlf. 3030 4503

Kl. 15.00-16.00
FORHINDRINGSBANE FOR ALLE
 25 m forhindringsbane på tid, for alle. (Præmie).
Sted: Nykøbing Svømmehal
Entre: Almindelig entré

Kl. 17.00-19.00
LIVREDDERPRØVE
 Kom og overvær en livredder tage en erhvervslivredderprøve – eller forsøg selv (Dog ingen kursusbevis!).
Sted: Asnæs Svømmehal
Pris: Almindelig entré. (OBS: Dog undtagelse for bedsteforældre, se "Facts om Svømmehallerne").

Kl. 17.15-18.00
SUND SALSA – DANS DIG GLAD
 Gratis prøvetime i Cubansk Salsa. For alle, også uden dansepartner, og uanset alder. Mht. tøj og sko, så tag noget behageligt på.
Sted: Gymnastiksalen, Egebjerg Skole, Egebjerg Hovedgade 30
Arrangør: Salsainstruktør Marianne Reinwald
Pris: Gratis
Tilmelding og information: cubadans@hotmail.com eller tlf./sms 2679 0365

Kl. 19.00
DE 7 CHAKRAER OG DERES BETYDNING FOR OS
 Deres forskellige vibrationer, farver, hvilke toner de hver især relaterer til, placering, relation til vores alder, hvad de betyder for os mentalt og fysisk og hvordan vi kan arbejde med dem.
 Der bliver mulighed for kommentarer og spørgsmål.
Foredragsholder: Margot Mortensen Brahe.
Sted: Pakhuset, Vesterbro Torv 4, Nykøbing Sj.
Pris: 30,- kr.
Arrangør: Odsherred Dag og Aftenskole oda@odadof.dk

Kl. 19.00-20.30
SVØM TIL LEVENDE MUSIK
 Stemningsmusik ved Jesper Ankerfeldt. Der laves hyggebelysning i svømmehallen, hvor kun bassinlyset er tændt og med levende lys på kanten.
Sted: Nykøbing Sj. Svømmehal
Pris: Almindelig entré.

TORS DAG 18/2

Kl. 10.00 – 16.00
FILT I HØNSEHUSET
Samme arrangement som 16. februar.
Sted: Josebjergvej 6, Fårevejle
Pris: Mindre materialeudgift
Arrangør: Odsherred Dag og Aftenskole oda@odadof.dk

Kl. 10.30–12.00
SMUK OG LÆKKER – REN VELVÆRE
 Kosmetikdag for 12-15 årige piger. Alle de spændende skønhedsprodukter, hvad er hot og hvad er not? Kom og bliv inspireret og hør om det sidste nye. Få gode tips til skønhed, hudpleje og andet du kunne tænke dig at vide noget om. Bare spørg los - Camilla fra Matas har svaret, når det gælder ansigt, hud, øjne, negle, læber, bryn mm.
 Hun medbringer masser af spændende produkter, så man kan både se, røre og prøve.
Sted: Pakhuset, Vesterbro Torv 4, Nykøbing Sj.
Arrangør: Matas i Asnæs
Pris: Gratis - men kræver adgangsbillet, der kan hentes fra uge 6 på Asnæs, Vig og Nykøbing biblioteker.
Tilmelding: Deltager max. 20.

Kl. 11.00-15.00
AMULETTER OG OLDTIDSSMYKKER PÅ MUSEET

I oldtiden bar man amuletter tæt ind til kroppen som en beskyttende kraft. I Skoletjenestens oldtidsværksted på Odsherreds Kulturhistoriske Museum er der rig mulighed for børn og voksne for at lave en helt unik amulet eller et oldtidsmykke af ben, horn, læder og bronze/kobbertråde.
Sted: Odsherreds Kulturhistoriske Museum, Annebjerg Stræde 1, Nykøbing Sj.
Pris: Entré 40,- kr.

Kl. 11.00 – 15.00
HULEBYGGERDAG I SKOVEN
 Hvordan bygger man en hule med kun to stykker snor? Og kan mor og far huse hvordan man bygger en hule? Tag til hulebyggerdag i skoven og få svaret. Skov- og Naturstyrelsen har skoven og du/I har mor og far eller bedsteforældre. Så skal vi ikke mødes i skoven til nogle hyggelige timer, og se om det er glemte! Husk varmt tøj.
Turleder: Skovløber/Naturvejleder Leif Nielsen
Sted: Barkladden og skovfogedstedet, Egebjergvej 172, Nykøbing Sj.
Pris: Gratis

Kl. 11.00-15.00
PANDEKAGEDAG
 Anneberg Vandrehjem og Naturskolen tænder op i bålet og bager pandekager til børn og voksne.
Sted: Odsherred Naturskole, Egebjergvej 162, Nykøbing Sj.
Pris: 40,- kr.

Kl. 12-00-13.00
SVØMMEKONKURRENCE
 Der er præmier på spil!
Sted: Vig Svømmehal
Pris: Almindelig entré. (OBS: Dog undtagelse for bedsteforældre, se "Facts om Svømmehallerne").

Kl. 12.30
KUNSTHÅNDVÆRK, ØJENSTRÆK OG GASTRONOMI!
 "For mig er Odsherred mest spændende om vinteren, når der er plads til et farvespil, man slet ikke kan opleve for alt det grønne om sommeren", fortæller kunsthåndværker Karin Sauer, som ved Birkehøj vil modtage interesserede og fortælle hvordan hun oplever stedet og den omgivende natur. Birkehøj er en af Nordens største og mest bevaringsværdige gravkamre. Derfra er der kun 300 m til Karins værksted hvor der serveres en rygende varm suppe.
Sted: Ved Birkehøj, Nærmeste adresse er Oddenvej 22, Nykøbing Sj.
Pris: Gratis



Kl. 13.00 – 17.00
RYGENDE VARM SUPPE OG ÅBENT HUS
 Besøg kunsthåndværker Karin Saueres værksted og få serveret en rygende varm portion af den berømte gulerods-suppe fra Dragsholm Slot. Den serveres i en nydesignet sort suppeskål, som sælges til særpris. Mens man nyder suppen, viser den nordiske mester i drejning gennem de seneste 12 år, Bjarne Puggård, hvordan skålene bliver til.
Sted: Karin Saueres værksted, Oddenvej 23, Nykøbing Sj. Butikken har åbent hver dag fra 13-17, undtagen tirsdag.
Pris: Suppen er gratis. (Suppeskålen kan købes til særpris).

Kl. 14.00-17.00
BESØG "FRU GRØN"
 Lokal sundhed - hvordan laver vi sund og klimavenlig mad, med råvarer fra Odsherred?
 Vi får besøg af "Fru Grøn", alias Anne Grete Rasmussen, der underviser i ernæring og sundhed på Ankerhus. Sundhed skal ikke være surt og fordømmende, men oplevelsesrigt, originalt og omsorgsfuldt, både over for mennesker og naturen. Fru Grøn giver indspark til klimavenlige aktiviteter i familien på en festlig og underholdende måde. Vi spiser selvfølgelig de retter, vi har tilberedt i fællesskab.
Sted: Skolekøkkenet på Nr. Asmindrup Skole, Asmindrupvej 38
Arrangør: Familie og Samfund, Odsherred Aftenskole
Pris: kr. 60,-
Tilmelding og information: Maria Hvidkjær, tlf. 5936 6048 / 5128 8048, mandag eftermiddag / tirsdag formiddag.

Kl. 16.00-17.00
BØRNEYOGA
 Børneyoga er for børn i alderen 4-7 år. Yoga giver balance og kroppsbevidsthed – også for børn. Derfor har vi sammen-sat en yogatime, hvor de yngste kan være med. Vi strækker os som katte og snor os som slanger. Vi lærer yogaens principper på en nem og sjov måde gennem dyreriget.
Sted: Vig Motion, Møllevvej 54, Vig
Pris: Gratis
Tilmelding: senest 1/2 på 5931 1032

Kl. 17.00-19.00
MØD DRAGSHOLM SVØMMEKLUB
 Kom og deltag i Dragsholms Svømmeklubs aktiviteter.
Sted: Asnæs Svømmehal
Pris: Almindelig entré

Kl. 18.00 – 21.00
ÅBENT HUS – KOM OG KØR MED!
 Kom og kør med, når Odsherreds Slot Car Club holder åbent hus i vinterferien! Rilleræs med 250 km/t Kan det nu også være rigtigt? Omregnet i forhold til model-bilernes størrelse, så ja! Med andre ord; din reaktion skal være som en F1-pilot eller en DTM-kører. Her slår du dig bare ikke, hvis du kører bronze/kobbertråde!
Sted: Odsherreds Slot Car Club, Højby Hovedgade 40 A (kælderen), Højby.
Pris: Gratis
Yderligere informationer: www.osc.dk

Kl. 19.00 – 21.30
STRIKCAFÉ
Sted: Vig Bibliotek, Ravnsbjergvej 7, Vig
Pris: Fri entré.

FREDAG 19/2

Kl. 10.00-11.00
SLIP RØDDERNE LØS!
 For de 4-6 årige rødder og deres forældre/bedsteforældre.
 Leg, dans, motion, løb, musik, spil og rytme. Alt sammen noget, der bidrager til sundhed og velvære for både børn og voksne. Kom sammen med dit barn/barnebarn og tilbring en aktiv og sjov time med Rie Sørensen og Vivi Navntoft. De lover både vilde og stille aktiviteter, som sætter gang i kroppen og sanserne.
Sted: Asnæs Bibliotek, Centervejen 92, Asnæs
Pris: Gratis billetter kan hentes fra uge 6 på Asnæs, Vig og Nykøbing biblioteker.

Kl. 10.00-12.00
HELSEHOLD
 Kom og vær med.
Arrangør: Dragsholm Svømmeklub.
Sted: Asnæs Svømmehal
Pris: Almindelig entré

Kl. 11.00-12.00
HURTIGST PÅ VANDRUTSJEBADE
 Børn op til 12 år kører på tid ned af vandruchebanen. (Præmie).
Sted: Nykøbing Svømmehal
Pris: Almindelig entré. (OBS: Dog undtagelse for bedsteforældre, se "Facts om Svømmehallerne").

Kl. 10.00-15.00
VI SLIPPER DYRENE LØS!
 Kom og svøm sammen med de oppustelige dyr i bassinet.
Sted: Vig Svømmehal
Pris: Almindelig entré. (OBS: Dog undtagelse for bedsteforældre, se "Facts om Svømmehallerne").

Kl. 11.00-15.00
AMULETTER OG OLDTIDSSMYKKER PÅ MUSEET
Samme aktivitet som den 18. februar.
Sted: Odsherreds Kulturhistoriske Museum, Annebjerg Stræde 1, Nykøbing Sj.
Pris: Entré 40,- kr.

Kl. 11.00 – 15.00
MAD OVER BÅL
 Anneberg Vandrehjem og Naturskolen tænder op i bålet, pelser et rådyr, laver rådyrburgere og varme drikke til børn og voksne.
Sted: Odsherred Naturskole, Egebjergvej 162, Nykøbing Sj.
Pris: 40,- kr.

Kl. 14.00 – 16.00
SENIORDANS I ASNÆS CENTRET
 Opvisning af ca. 30 øvede seniordansere. Prøv også selv – kom og vær med til at danse!
Sted: Torvet i Asnæs Centret
Pris: Gratis
Arrangør: Odsherred Dag og Aftenskole oda@odadof.dk

Kl. 15.00-17.00
MØD EN ALTERNATIV BEHANDLER
 Prøv, oplev og få en snak med fem forskellige udøvere af alternative behandlingsformer.
 - Akupunktur
 - Kropsterapeut og massør
 - Kinesiologi
 - Zoneterapeut
 - Kostvejledning
Sted: Nykøbing Svømmehal
Pris: Almindelig entré.

Kl. 16.00
RUNDVISNING DRAGSHOLM SLOT
 Her kan gæster opleve slottet og høre om dets 800 år lange historie. Slottet har oplevet krige, nedbrændinger, adels store selskaber og meget mere. Det siges også at Dragsholm Slot huser flere spøgelser - deres historie fortælles også på rundvisningen.
Sted: Dragsholm Slot, Dragsholm Allé, Hørve
Pris: Voksne 75,- kr. og Børn 35,- kr.

Kl. 17.00-18.00
GÅ PÅ VANDET
 Kom længst, ved at gå på en line, som er spændt ud lige i vandoverfladen. (Præmie).
Sted: Asnæs Svømmehal
Pris: Almindelig entré. (OBS: Dog undtagelse for bedsteforældre, se "Facts om Svømmehallerne").



Kl. 19.00 – 21.00
CHRIS MACDONALD - STRONG BODY, STRONG MIND
 I vores tempofyldte hverdag glemmer vi nemt at et menneskes fundament bygges på vores krop og psykes styrke og tilstand. Chris MacDonald vil ved hjælp af konceptet "Strong Body, Strong Mind" introducere en unik tilgang til et sundt og aktivt liv i balance.
Sted: Pakhuset, Nykøbing Sj.
Pris: 65 kr.
Yderligere information: www.aofodsherred.dk
Tilmelding: 5943 8558 eller på aof@aof-odsherred.dk

Kl. 18.30 – 22.00
PRØV AT SPILLE BILLARD!
 Hørve Billardklub inviterer til Åbent-Hus, hvor alle M/K, unge og ældre, kan komme og prøve at spille Billard. Klubben har lokaler i Vallekilde Fritidscenter, hvor der er 3 borde til keglebillard. Der vil være medlemmer til stede den aften.
Sted: Vallekilde-Hørve Fritidscenter
Pris: Gratis

Kl. 19.00 - 20.30
SVØM TIL LEVENDE MUSIK
 Stemningsmusik ved Jesper Ankerfeldt. Der laves hyggebelysning i svømmehallen, hvor kun bassinlyset er tændt og med levende lys på kanten.
Sted: Nykøbing Svømmehal
Pris: Almindelig entré. OBS: Vipperne vil være lukket i tidsrummet.

Kl. 22.00 - 24.00
NATSVØMNING



Vi dæmper lyset i svømmehallen og spiller stille musik. Der bliver serveret lidt til gæsterne.
OBS: Vipperne er lukket i dette tidsrum.
Sted: Asnæs Svømmehal
Pris: Almindelig entré.

LØRDAG 20/2

Fra 11.00-15.00
VILD MED VARME
 Odsherreds Naturskole, Skov- og Naturstyrelsen, Odsherreds Kulturhistoriske Museum og Anneberg Vandrehjem inviterer til vinterferiesjov med blandt andet frisk luft, varm suppe og sundt oldtids-slik. Arrangementet henvender sig til alle med lyst til at opleve forskellige måder at holde varmen på, som i gamle dage. Se for eksempel hvordan man i oldtiden brugte skovens dyr til andet og mere end at stille sulten. Vær med til at hugge brænde til bålet, hvor vi skal lave sund suppe og andre gode sager. Desuden kan man lave sin egen lille læderpung eller et bronzesmykke.
Sted: Ved shelterpladsen, Odsherred Naturskole, Egebjergvej 162, Nykøbing Sj.
Entré: 40,- kr.

Kl. 11.00
RUNDVISNING DRAGSHOLM SLOT
Samme aktivitet som den 19. februar.
OBS: Dog forskellige tidspunkter!
Sted: Dragsholm Slot, Dragsholm Allé, Hørve
Pris: Voksne 75,- kr. og Børn 35,- kr.

Kl. 18.00 – 21.00
ÅBENT HUS – KOM OG KØR MED!
Samme arrangement som 18. februar.
Sted: Odsherreds Slot Car Club, Højby Hovedgade 40 A (kælderen), Højby.
Pris: Gratis

Kl. 18.00-21.00
STILLE AFTEN-SVØMNING
 Vi dæmper lyset i svømmehallen og spiller stille musik.
 Der serveres lidt godt til ganen.
 Kom og få et kick til krop og sjæl.
Sted: Vig Svømmehal
Pris: Almindelig entré (OBS: Vipperne er lukket i tidsrummet)

SØNDAG 21/2

Kl. 11.00 – 14.00
ODSRUL INVITERER TIL ÅBENT-HUS
 Alle er velkomne til at komme og prøve at køre på inlinere i hallen. Man kan låne rulleskøjter og sikkerhedsudstyr hos os. Hjelme og håndledsbeskyttere er påbudt.
Sted: Højby Hallen, Stårupvej 3, Højby
Pris: Gratis.

Kl. 11.00 – 15.00
STORE BRÆNDEDAG
 Skov- og Naturstyrelsen, Vestsjælland, afholder igen i år store brændedag. Der vil være stande med blandt andet motorsave og sikkerhedsudstyr, brænde-flækkere og meget andet.
 Kom og få gode råd om køb af ovne og få vejledning om brændefyring. KFUM-spejderne Nordlysgruppen laver bål til pandekager og varme drikke. Og Skov- og Naturstyrelsen viser metoder til opmåling af brænde og fortæller om nye regler for brænde-sankning.
Sted: Barkladden og skovfogedstedet, Egebjergvej 172, Nykøbing Sj.
Pris: Fri entré.

Kl. 14.00
ETTA CAMERON - STØTTEKONCERT



De seneste 30 år har Etta Cameron bevæget tusindvis af danskere med hendes stærke og intense gospel-koncerter. Det lokale gospel-kor Blessful Change er hjemmehørende i Nykøbing Sj., men med medlemmer fra hele Odsherred. De deltager med nogle enkelte numre. Koret er kendt for at synge gospel med masser af energi og nerve. Så kom og bliv en del af noget, der er større end dig selv. Overskuddet fra koncerten går til "Børn og sorg" i Kræftens Bekæmpelse.
Sted: Korskirken, Triersvej 2, Vallekilde
Pris: kr. 150,- Billettelefon 5965 1399

Kl. 15.00
OPERABIO – CARMEN
 Transmitteret fra Metropolitan Operaen i New York.
 Læs mere på www.vigbio.dk
Sted: Vig Bio, Ravnsbjergvej 2, Vig
Billet: Billettelefon 5931 5246

Vinter

I ODSHERRED 2010

- velvære i kulden

ALLE DAGENE

Et døgn
KOKKESKOLE PÅ DRAGSHOLM SLOT
 Både i uge 7 og 8 holder vi åbne kokkeskole dage med slotsophold. Her er det muligt at opleve og lære om det nordiske køkken fra jord til bord. Sund mad med friske råvarer fra omgivende skov, marker og strand.



Program:
 Check in kl. 14.00
 Kokkeskole kl. 14.30-17.30
 3-retters menu i Lammefjordens Spisehus.
 Overnatning med morgenmad.
Sted: Dragsholm Slot, Dragsholm Allé, Hørve
Pris: 1295,- kr./person i dobbeltværelse.
Tilmelding: 5965 3300 eller info@dragsholm-slot.dk

MANDAG 22/2

Kl. 9.00-10.00
ÆLDRESVØMNING
 Kom og vær med.
Arrangør: Dragsholm Svømmeklub.
Sted: Asnæs Svømmehal
Pris: Almindelig entré.

Kl. 15.00-16.00
UNGE-MOTION
Samme arrangement som 15/02.
Sted: Vig Motion, Møllevej 54, Vig
Pris: Gratis
Tilmelding: Senest 1/2 på tlf. 5931 1032

Kl. 16.00-17.00
TEKNISK RUNDVISNING I SVØMMEHALLEN
 Kom og se "bagsiden" af svømmehallen. Hvor meget sker der bag bassinet for at sikre rent og indbydende vand?
Sted: Vig Svømmehal
Pris: Almindelig entré

Kl. 18.00 – 19.00
VANDGYMNASTIK FOR ALLE
 Prøv glæden ved at lave gymnastik i vand.
Sted: Nykøbing Svømmehal
Pris: Almindelig entré

TIRSDAG 23/2

Kl. 14.00 - 17.00
PAPMACHE FOR BØRN OG VOKSNE
Samme aktivitet som den 16. februar.
Sted: Berit Othman's atelier, Hestehavevej 26, Nr. Asmindrup.
Arrangør: www.lof.dk/odsherred
Pris: kr. 150,- pr. person, inkl. materialer.
Tilmelding: odsherred@lof.dk eller tlf.: 3030 4503



Kl. 16.00 – 17.00
GÅ PÅ VANDET!
 Kom længst, ved at gå på en line, som er spændt ud lige i vandoverfladen. (Præmie).
Sted: Nykøbing Svømmehal
Pris: Almindelig entré. (OBS: Dog undtagelse for bedsteforældre, se "Facts om Svømmehallerne").

Kl. 19.30
DONNADIALOGERDELUXE
 Forestillingen er et patcwork af gode historier om egne, levede liv, fortalt af Anne Marie Helger og Vigga Bro; et par damer, der virkelig kan kunsten at fortælle. Ganske som livet selv er det en blanding af sødt og surt, søde små anekdoter og muntre minder blandes med de sorte stunder, hvor livet langede ud og ramte hårdt. Måske ender det godt til sidst, men under alle omstændigheder er man godt underholdt undervejs! Det er storytelling uden sikkerhedsnet.
Medvirkende: Anne Marie Helger og Vigga Bro
Arrangør: Teater og Musik, Odsherred.
Sted: Odsherred Teater, Annebergparken 22, Nykøbing Sj.
Pris: Løssalg, voksne 330,- kr., børn og unge 90,- kr., grupper 200,- kr. Billettelefon 5932 2821 (9-16)

ONSDAG 24/2

Kl. 14.00-17.00
PAPMACHE FOR BØRN OG VOKSNE
Samme aktivitet som den 16. februar.
Sted: Berit Othman's atelier, Hestehavevej 26, Nr. Asmindrup.
Arrangør: www.lof.dk/odsherred
Pris: kr. 150,- pr. person, inkl. materialer.
Tilmelding: odsherred@lof.dk eller tlf.: 3030 4503

Kl. 16.00-17.00
FORHINDRINGSBANE FOR BØRN
 25 m forhindringsbane på tid, for børn under 12 år. (Præmie).
Sted: Nykøbing Sj. Svømmehal
Pris: Almindelig entré. (OBS: Dog undtagelse for bedsteforældre, se "Facts om Svømmehallerne").

Kl. 17.15-18.00
SUND SALSA – DANS DIG GLAD
Samme aktivitet som den 17. februar.
Sted: Gymnastiksalen på Egebjerg Skole, Egebjerg Hovedgade 30
Arrangør: Salsainstruktør Marianne Reinwald
Pris: Gratis
Tilmelding og information: cubadans@hotmail.com eller tlf./sms 2679 0365

TORS DAG 25/2

Fra 11.00-15.00
VILD MED VARME
 Odsherreds Naturskole, Skov- og Naturstyrelsen, Odsherreds Kulturhistoriske Museum og Anneberg Vandrerhjem inviterer til vinterferiesjov med blandt andet frisk luft, varm suppe og sundt oldtidsslik. Arrangementet henvender sig til alle med lyst til at opleve forskellige måder at holde varmen på, som i gamle dage. Se for eksempel hvordan man i oldtiden brugte skovens dyr til andet og mere end at stille sulen. Vær med til at hugge brænde til bålet, hvor vi skal lave sund suppe og andre gode sager. Desuden kan man lave sin egen lille læderpung eller et bronzesmykke.
Sted: Shelterpladsen Odsherreds Naturskole, Egebjergvej 162, Nykøbing Sj.
Entré: 40,- kr.



Kl. 14.00
GÅ EN FRISK TUR – OG SE PÅ KUNST IMENS!
 Med udgangspunkt i en kort omvisning på Odsherreds Kunstmuseum tager vi på byvandring i Asnæs til kunst og interessante huse. Varighed ca. 2 timer.
Sted: ODSHERREDS KUNSTMUSEUM Rødhøj 1, 4550 Asnæs, Tlf. 5965 2423
Pris: Gratis, når entrebilletten er betalt. Entré: voksne:40 kr. Pensionister, studerende og grupper over 15: 35 kr. Gratis: Børn og unge under 18 samt medlemmer af "Odsherred Kunstmuseum og Malergårdens Venner".
 Åbent: Tirsdag – søndag kl. 11 –16

Kl. 12.30
KUNSTHÅNDVÆRK, ØJENSTRÆK - OG GASTRONOMI!
Samme aktivitet som den 18. februar.
Sted: Ved Birkehøj, Nærmeste adresse er Oddenvej 22, Nykøbing Sj.
Pris: Gratis

Kl. 13.00 – 17.00
RYGENDE VARM SUPPE OG ÅBENT HUS
 Besøg kunsthåndværker Karin Sauers værksted og få serveret en rygende varm portion af den berømte gulerods-suppe fra Dragsholm Slot. Den serveres i en nydesignet sort suppeskål, som sælges til særpris. Mens man nyder suppen, viser den nordiske mester i drejning gennem de seneste 12 år, Bjarne Puggård, hvordan skålene bliver til.
Sted: Karin Sauers værksted, Oddenvej 23, Nykøbing Sj. Butikken har åbent hver dag fra 13-17, undtagen tirsdag.
Pris: Suppen er gratis. (Suppeskålen kan købes til særpris).

kl. 16.00-17.00
BØRNEYOGA
 Børneyoga er for børn i alderen 4-7 år. Yoga giver balance og kropsbevidsthed –også for børn. Derfor har vi sammen sat en yogatime, hvor de yngste kan være med. Vi strækker os som katte og snor os som slanger. Vi lærer yogaens principper på en nem og sjov måde gennem dyreriget.
Sted: Vig Motion
Pris: Gratis
Tilmelding: inden den 1/2 på 5931 1032

Kl. 17.00-18.00
VANDGYMNASTIK FOR ALLE
 Prøv glæden ved at lave gymnastik i vand.
Sted: Asnæs Svømmehal.
Pris: Almindelig entré.

Kl. 19.00 – 20.00
SPRING FRA VIPPER
 Præmier til de bedste.
Sted: Asnæs Svømmehal
Pris: Almindelig entré. (OBS: Dog undtagelse for bedsteforældre, se "Facts om Svømmehallerne").

FREDAG 26/2

Kl. 18.00 - 21.00
ÅBENT HUS – KOM OG KØR MED!
Samme arrangement som 18. februar.
 Kørsel med modelbiler.
Sted: Odsherreds Slot Car Club, Højby Hovedgade 40 A (kælderen), Højby.
Pris: Gratis

Kl. 10.00 – 12.00
HELSEHOLD
 Kom og vær med.
Sted: Asnæs Svømmehal.
Pris: Almindelig entré. (OBS: Dog undtagelse for bedsteforældre, se "Facts om Svømmehallerne").

Kl. 10.00 – 14.00
BRUG NATUREN SOM MOTIONSROM



Vig Senioridræt inviterer unge som gamle på en dejlig gåtur i naturen, kombineret med en række sjove øvelser, der styrker kroppens muskler. Også andre sjove indslag, så latter-musklerne bliver rørt i samvær med andre glade friluftsmennesker.
Dagens Program:
 10.00-10.30: Velkomst og en lille forfriskning.
 10.30-13.30: Gåtur og aktiviteter i naturen, (evt. Jyderup skov).
 13.30 – 14.00: Tak for i dag!
 Du skal kunne gå 3 km uden problemer og medbringe udetøj og sko/ gummistøvler, så du er klædt på til al slags vejr.
Mødested: Vig Hallerne, Ravnsbjergvej, Vig.
Pris: 20,- Kr. for voksne, børn gratis.
Tilmelding: Senest fredag den 19/2 til Vera L. Nielsen på tlf: 5991 3637 eller på veravig@msn.com

Kl. 10.00 – 16.00
FILT I HØNSHUSET
Samme aktivitet som den 16. februar.
Sted: Joselbjergvej 6, Fårevejle
Pris: Mindre materialeudgift
Arrangør: Odsherred Dag og Aften-skole oda@odadof.dk



Kl. 14.00
DU SKAL BARE SLAPPE HELT AF!
 Matisse har engang sagt, at dét at se på kunst kunne sammenlignes med at synke afslappet ned i en dyb lænestol. Vi ser på Wellness-kunst i samlingerne på Odsherreds Kunstmuseum, og også lidt på kunstværker, der får os op af stolene og bringer blodet i omløb. Varighed ca. 1 time.
Sted: ODSHERREDS KUNSTMUSEUM Rødhøj 1, Asnæs, Tlf. 5965 2423
Pris: Gratis, når entrebilletten er betalt.
Entré: voksne:40 kr. Pensionister, studerende og grupper over 15: 35 kr. Børn og unge under 18 samt medlemmer af "Odsherred Kunstmuseum og Malergårdens Venner, gratis entré.
 Åbent: Tirsdag – søndag kl. 11 –16

Kl. 16.00
RUNDVISNING DRAGSHOLM SLOT



Her kan gæster opleve slottet og høre om dets 800 år lange historie. Slottet har oplevet krige, nedbrændinger, adelens store selskaber og meget mere. Det siges også at Dragsholm Slot huser flere spøgelser - deres historie fortælles også på rundvisningen.
Sted: Dragsholm Slot, Dragsholm Allé, Hørve
Pris: Voksne 75,- kr. og Børn 35,- kr.

Kl. 17.00 – 18.00
HURTIGST PÅ VANDRUTSJEBANE
 Kør på tid ned af vandrutebane, for børn under 12 år. (Præmie).
Sted: Nykøbing Svømmehal
Pris: Almindelig entré. (OBS: Dog undtagelse for bedsteforældre, se "Facts om Svømmehallerne").

SIMREMAD PÅ MENUKORTET I UGE 7 OG 8



Vig Bio Café
 Ravnsbjergvej 2, Vig . Tlf. 5931 5146
www.vigbiocafe.dk

OSSOBUCCO MED ÅRSTIDENS GRØNT
 kartoffelmos og salat 95,-
 Åbent: Mandag - onsdag 17-20
 Torsdag - lørdag 13-20. Søndag brunch 11-13, hvor det er en god idé at bestille bord.
 Køkkenet er søndag åbent til 20



Madkunsten
 Algade 44 . Nykøbing . Tlf. 5993 1727
www.restaurant-madkunsten.dk

LANGTIDSBRAISERET KALVEBRYST
 med vinteræbler og selleri fra Odsherred 125,-
 Åbent: Mandag - onsdag 11-17
 Torsdag - lørdag 11-21



Dragsholm Slot
 Dragsholm Allé 1 . Hørve . Tlf. 5965 3300
www.dragsholm-slot.dk

LANGTIDSSTEGT KALV
 med Lammefjordsgrønt, æggeblommekartofler og estragon 195,-
 Spisehuset findes i sydfløjen af slottet og har åbent hver dag.
 Middag 18-22, Frokost 12-15, Eftermiddag (lun/kold servering) 15-18.

FACTS OM SVØMMEHALLERNE

NYKØBING



A. Ladingsvej 1D, Nykøbing Sj. - 5991 8900
www.visitodsherred.dk

OFFENTLIGE ÅBNINGSTIDER:
Uge 7
MANDAG, ONSDAG, FREDAG 9-13
 samt almindeligt offentligt åbent 14-21
TIRSDAG OG TORS DAG 9-16
 Lørdag/søndag 10-16

Uge 8
MANDAG - FREDAG 15-20
 Lørdag/søndag 10-16

MORGENSVØMNING

Uge 7
 Mandag - fredag 8 - 9

Uge 8
 Mandag - fredag 6.30 - 8.00

OBS OBS OBS OBS OBS

I uge 7 og 8 kan bedsteforældre komme gratis i svømmehal, hvis de følges med deres barnebarn! De pågældende tidsrum er **MARKERET MED BLÅ, FED SKRIFT** i de offentlige åbningstider.

En del af de særlige aktiviteter i uge 7 og 8 vil foregå i den offentlige åbningstid.

VIG



Ravnsbjergvej 25, Vig - 5931 5692
www.visitodsherred.dk for yderligere oplysninger.

OFFENTLIGE ÅBNINGSTIDER:
Uge 7
MANDAG - FREDAG 10-15
 Lørdag 16-21
 Søndag 10-15

Uge 8
 Tirsdag, onsdag, torsdag, lørdag lukket
MANDAG OG FREDAG 15-21
 Søndag 10-15

MORGENSVØMNING

Uge 7
 Mandag - Fredag 7-9

Uge 8
 Mandag - Fredag 6.30 - 8.00

OBS OBS OBS OBS OBS

I uge 7 og 8 kan bedsteforældre komme gratis i svømmehal, hvis de følges med deres barnebarn! De pågældende tidsrum er **MARKERET MED BLÅ, FED SKRIFT** i de offentlige åbningstider.

En del af de særlige aktiviteter i uge 7 og 8 vil foregå i den offentlige åbningstid.

ASNÆS



Teglværkskrogen 4, Asnæs - 5965 1032
www.visitodsherred.dk for yderligere oplysninger.

OFFENTLIGE ÅBNINGSTIDER:
Uge 7
MANDAG 10-15
TIRSDAG OG ONSDAG 15-20
TORS DAG 15-21 - FREDAG 15-19
 Lørdag/søndag 10-15

Uge 8
 Mandag og onsdag lukket
TIRSDAG 15-17 - TORS DAG 15-21
FREDAG 15-19
 Lørdag/søndag 10-15

MORGENSVØMNING

Uge 7
 Mandag-onsdag-torsdag 5.30-8.00
 Tirsdag og fredag 5.30-7.30
 Lørdag/søndag 6.30-9.00

Uge 8
 Mandag og lørdag/søndag 6.30-9.00
 Tirsdag og fredag 5.30-7.30
 Onsdag og torsdag 5.30-8.00