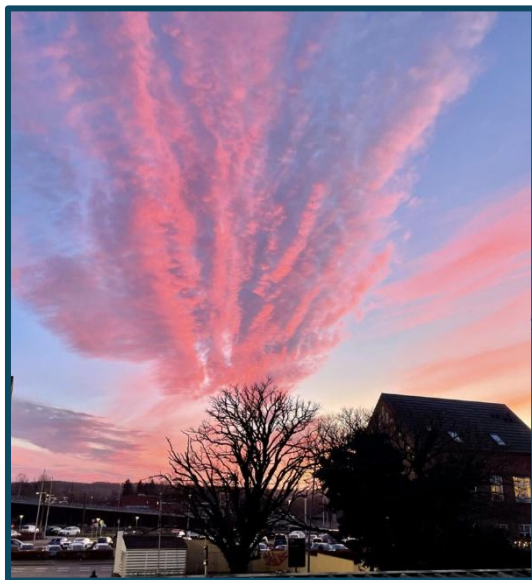


Den Blå Paraply

Januar 2026



Aftenhimmel over Den Blå Paraply ☂

Vestergade 25, 8900 Randers C.

Tlf. Kontor: 27 51 42 50 Tlf. Café: 81 72 96 69

E-mail: denblaaparaply@kfumsoc.dk

Hjemmeside: www.denblaaparaply.dk

Facebook: [Den Blå Paraply](https://www.facebook.com/DenBlåParaply)

Susanne Molbæk, Caféleder

Kommende arrangementer:

Onsdag den 14. januar, kl. 12-14 - får vi besøg af nogle skønne muslimske kvinder

Kvinder rådet fra Dansk Tyrkisk Islamisk Stiftelse, kommer og besøger os onsdag den 14. januar ved middagstid.

Kvinderne kommer på besøge, fordi de har 3 hellige måneder, hvor man hjælper hinanden, det nyder vi godt af 😊 Vi glæder os til at få besøg

Mandag den 26. januar kl. 16.00-19.30: Godt humør, gymnastik og gryderet.



Kom og deltag i en herlig aften, hvor vi laver stoledans/gymnastik til dejlig musik, på et niveau hvor **alle** kan være med.

Gymnastik laves med nogle lette siddende øvelser, samt lidt mindfulness og eller udstrækning. Behageligt tøj anbefales.

Afslutningsvis spiser vi sammen, drikker kaffe og får lidt sødt til ganen.

Kom og bliv i godt humør, og få pulsen lidt op og måske et grin eller to 😊

Pris 60 kr. Sidste tilmelding den 23. januar til personalet i cafeen. Der betales ved tilmelding. Se opslag på Facebook og på opslagstavlen.



Støttekredsen inviterer alle til Bankospil tirsdag den 27. januar kl. 13.30. Kom og vær med til en hyggelig eftermiddag med bankospil!

Vi spiller her i caféen Pris: 25 kr. (inkluderer 2 plader og kaffe/te)

Der er mulighed for at købe ekstra plader til 10 kr. stykket.

Der vil være præmier og masser af hygge.

Støttekredsen glæder sig til at se alle! Se opslag på Facebook og på opslagstavlen.

Foredrag om de forladte bygninger i Danmark d. 28. januar kl. 18.30

Skal du være med til at høre om det forladte Danmark og se hvad de gamle glemte mursten gemmer på?

Så tøv ikke med at komme til vores første foredrag d 28 januar kl 18:30


Det forladte Danmark gennem vores øjne

Morten, Julie & Søren

The Urbex People



Sangeftermiddag mandag den 2. februar kl. 13.30 – 14.30

Vær med til at lave Den Blå Paraply  egen SANGKANON
Kristeligt Dagblad fejrede i 2021 sit 125 års jubilæum med en
sangkanon bestående af 10 sange, som bladets læsere kårede.
Vi har udvalgt 20 af komiteens 100 sange.

**Udfyld stemmesedlen senest 26/1. Sæt x ved 10 af sangene på sedlen,
og læg den i æsken til stemmesedler!**

Ved sangeftermiddagen den 2/2 afslører vi de 10 sange,
der har fået flest stemmer af caféens gæster og synger dem!
Hilsen Birgitte Kaas Sørensen og Ulrik Damm

Digital Næstehjælp i Den Blå Paraply



Har du brug for hjælp til MitID, e-Boks, apps eller sociale
medier? Vi står klar til at hjælpe dig – lige meget hvilken
Smartphone du har.

Vi er der tirsdage i lige uger kl. 13–14 og fredage kl. 12.30–
13.30.

Ingen tilmelding – bare mød op og få hjælp, der passer til

dig.


Sy eftermiddage, bliver fremover om MANDAGEN kl. 13.00 – 15.00

Da det stort set er umuligt at komme til, pga. at der er mange
mennesker i lokalet torsdag eftermiddag, da fødevarebanken kommer
på samme tidspunkt.

Donationer:

Vi har været enormt privilegeret i december, at mange har tænkt på os



- Søster loge nr. 29, Helle har doneret 5000,. kr. til julen i
Den Blå Paraply. 
- Mange private har doneret både tøj, søde sager og penge.
- Sparekassen Danmark Fonden har doneret en vandkøler, så vi
altid kan tappe koldt vand.
- Trygfonden donerer penge til årets sommerlejr i august 2026.

STOR TAK TIL ALLE, JER DER HAR TÆNKT PÅ OS 

NADA

Den Blå Paraply tilbyder NADA, som er en metode, der hjælper med at stabilisere organismen fysisk og psykisk.

NADA kan bruges i alle situationer, hvor en person har brug for stabilitet, bedre stress-håndtering (herunder bl.a. vrede, søvnproblemer, rastløshed, angst m.m.), bedre fokus og håndtering af følelser og kognitive funktioner.

Ved NADA får du nåle i akupunktur-punkter i begge ører over 45 min. i rolige omgivelser.



Fra d. 6. januar til d. 24. marts er det også muligt, at få Nada hver tirsdag kl. 10.00.

Vi vil undersøge om, I oplever en effekt ved at modtage Nada to gange om ugen tirsdage og torsdage. I den forbindelse skal vi bruge nogle personer, der har mulighed for at få Nada to gange om ugen i denne periode. I er selvfølgelig velkommen til at deltage, selvom I ikke har mulighed for at komme begge dage.

Har man lyst til at være med i forsøget, så henvend jer til Jeannette eller personalet i cafeen. Prisen er som altid 20,-kr. pr. gang.

Nada tider i på den blå paraply 🌂 frem til den 25. marts

- Tirsdag kl. 10.00-11.30 (Jeannette)
- Onsdag kl. 15.00-16.00 (Heidi)
- Torsdag kl. 10-11.30 (Jeannette)

For booking: **kontakt en medarbejder i caféen.**



Har du brug for hjælp til at komme op af trappen ved fordøren?

Som noget nyt kan du nu tilkalde personalet ved hjælp af ringklokken ved siden af trappen.

Vi har nu fået en kørestolsrampe, så ALLE nu kan komme indenfor 😊

Bare brug ringklokken og personalet kommer straks 😊

Social Drive Out status:

Social Drive Out, er små satellit caféer, der drives ude lokalt, hvor mennesker er. Vi har i øjeblikket to sådanne steder også kaldet ”stop”.

Tirsdag formiddag kører vi til Havndal og har en satellit café der. I maj måned startede vi op med et stop mere i Tøjhushaven.

KFUM Sociale Arbejde har fået en del penge til at starte endnu flere af disse Social Drive Out stop op i de kommende år på landsplan. Derfor kommer vi også til at starte flere af disse stop op. Nu til januar starter vi endnu et stop i Tøjhushaven ved middagstid. Det er i samarbejde med Randers Kommune, Perron 4 og Ladegården.

Vores kerneopgave bliver selvfølgelig ved med at være

Den Blå Paraply 🌂. Vi udbygger blot vores tilbud med Social Drive Out.

Året der gik i billeder

På vores stor skærm, har vi samlet billeder fra året der gik, billederne vises kontinuerligt på skærmen et stykke tid ind i januar



PANT med MENING

....går fortsat godt 😊 Vi har fået produceret 50 pantkasser i samarbejde med FGU. Men bedst af alt, har vi nu 42 pantkasser ude ved 32 virksomheder. Vi har i alt indtjent 38.309 kr. i 2025, ganske imponerende. Det er så flot, og der er næsten gået helt sport i at hente panten, og et fantastisk fællesskab og samhørighed er der kommet om projekt PANT med MENING.



Tusind tak til ALLE, både til virksomheder, donorer, gæster, personale og en helt særlig tak til vores tre virksomhedsambassadører og de panthold, der henter pant mandag formiddag og torsdag eftermiddag, uden jer var dette ikke muligt. 😊

December har været en meget travl, lidt hektisk og begivenhedsrig måned, men hvor nærvær og omsorg for hinanden har været kendetegnet for denne december.

Vi har julet og hygget os med en masse traditionsrige


julearrangementer. Tak for den flotte opbakning fra alle 😊 Det betyder enormt meget for os, at I bakker op om vores aktiviteter, det giver os mod på mere 😊


Godt nytår 2026

Alle frivillige, ansatte og Bestyrelsen i Den Blå Paraply  vil ønske alle vores samarbejdspartnere og gæster i Den Blå Paraply  et velsignet nytår, samtidig vil vi sige ALLE tusind tak for året der gik.



Det har været et meget begivenhedsrigt år for os. Her på tærsklen til et nyt års begyndelse, er den følelse der fylder allermost taknemlighed.

Vi vil gerne skrive om alle de skønne oplevelser og ting der er sket i caféen i 2025, men det bliver for omfattende at nævne alt, i stedet vil vi meget kort nævne nogle af højdepunkterne for 2025.

Vi har haft mange arrangementer i løbet af året, det der dog overskygger dem alle, var da vi holdt vores 30-års jubilæum med lirekassemusik, hotdog, korsang og kage, alt sammen på en imponerende flot forårsdag. Rigtig mange kom forbi og gratulerede os. En meget dejlig dag 

Derforuden var der et hav af andre aktiviteter, så for blot at nævne lidt: En herlig fastelavnsfest, støttekredsens årlige udflugt, der gik til Morten Korch muséet, og vi var så heldige at der var penge til en ekstra udflugt, en tur med Svanen fra Hobro til Mariager og med veterantoget til Handest, hvor personalet serverede kaffe og kage, i flotte udklædninger fra gamle dage  Vi fik afholdt et flot sommermarked, mange kom forbi til en lille handel eller bare en snak. En uforglemmelig sommerferie på Fyn, en fantastisk uge med nærvær, hygge og udflugter. Derpå fulgte en fantastisk sensommerfest, hvor temaet var 80'er fest. Efteråret bød på en flot Mortensaften, vi har haft foredrag med Katrine Fruelund, musikalsk optræden, og derpå fulgte december med alle vores juletraditioner.

I år har vi startet **Digital Næstehjælp** op, tre frivillige, står klar til at hjælpe med digitale udfordringer, det udløste endda et besøg af Digitaliseringsminister Caroline Stage, som var ganske imponeret af arbejdet.

PANT med MENING er også blevet en succes og blevet en stor del af Den Blå Paraply . Fantastisk når en ide, bliver til virkelighed 

Vi har mandagssangeftermiddage ca. hver 6-8 uge, motion, hygge og gryderet, den sidste mandag om måneden. Derforuden alle vores faste aktiviteter, som gåtur, krea-eftermiddage, økonomiskrådgivning og meget mere.

2025 var også året, hvor vi i den grad har været i medierne. Der har været så mange fine artikler om caféen 😊 Mange samarbejdspartnere har fået øjnene op for os, vi er kommet med i mange netværk og særligt samarbejdet med de andre væresteder i Randers er blevet styrket i årets løb. Konkret udmøntede det sig i en fællesudflugt til Ebeltoft i september. Men også at vi deler med hinanden, er der noget vi har i overflod af stederne, så deler vi med de andre 😊 det gælder også kirkerne i byen. Randers Kommune har vi også fået et tættere samarbejde med, for slet ikke at nævne erhvervslivet, som samarbejder med os i form af **PANT med MENING**.

Vi har i løbet af året kunne byde flere nye personaler velkommen i Den Blå Paraply og ligeledes har vi også kunnet byde mange nye gæster velkommen indenfor. Det er dejligt at mange finder vej til os 😊

I løbet af året har vi desværre også mistet flere af vores gæster, som ikke er her mere. Det er hver eneste gang en stor sorg, og påvirker os.

Tak for mange gode, varme, dybe og rørende, og helt særlige samtaler, i løbet af året, tak for sjove og herlige input i hverdagen. Stor tak for alle der har givet donationer af en hver slags til os.

Til ALLE skal der lyde en særlig tak for jeres trofasthed overfor Den Blå Paraply 🌂, det uanset hvem man er.

Det er svært at spå om det nye år. Men i Den Blå Paraply 🌂 vil vi se frem til et nyt år, med mange hyggelige timer og oplevelser sammen med alle, der kommer og har berøring med Den Blå Paraply 🌂. Vi ved at der er mange skønne oplevelser der venter på os 😊. Vi ved også at vi holder fast ved vores traditioner gennem året. Vi ved også at vi vil fortsætte med at være stedet, hvor vi medvirker til at skabe lysglimt og medmenneskelig varme og nærvær, i kraft af at vi sætter spor i hinandens hjerter.

RIGTIG GODT NYTÅR TIL ALLE

Menuplan for fællesspisning januar 2026

Søndag d. 4/1 kl. 12.30	Mørbradgryde med tilbehør
Onsdag d. 7/1 kl. 17.30	Farsbrød med tilbehør
Søndag d. 11/1 kl. 12.30	Koteletter med tilbehør
Onsdag d. 14/1 kl. 17.30	Flæskkestegsburger
Søndag d. 18/1 kl. 12.30	Bøf med tilbehør
Onsdag d. 21/1 kl. 17.30	Karolines sorte gryde
Søndag d. 25/1 kl. 12.30	Kylling med tilbehør
Onsdag den 28/1	Pizza

OBS ændringer kan forekomme

Vi forsøger at lægge en menuplan for alle fællesspisningerne, efter ønsker og økonomi. Har man ønsker til menuen, så kom endelig med dem. Så vil vi forsøge at opfylde menuplanen med dem. Pris: 45.00 Kr. Man kan købe 10 Turs klippekort á 400,00 Kr.

Der er varm mad til frokost, fra mandag til fredag fra kl. 12.00 Pris 35 kr. – 10-turs klippekort 300,00 kr.

Åbningstider i Den Blå Paraply:

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
10-15.30	10-15.30	10-20	10-15.30	9.30-13.30	Lukket	11-14

Faste ugentlige aktiviteter:

Tirsdag kl. 10.00 – 11.00
 Tirsdage i lige uger 13-14
 Onsdag kl. 13.00 -15.00
 Onsdage kl.16.00 -18.00

Onsdage kl. 17.30
 Onsdage kl.15.00 – 16.00
 Torsdage kl. 10.00 – 11.00
 Torsdag kl. 11.00 -12.00
 Torsdag kl. 13.00 - 15.00
 Torsdag kl. 13.00 – 15.00
 Fredag kl. 12.30 - 13.30
 Søndage kl. 12.30

NADA Kræver tilmelding, Pris 20,-kr.
 Digital næstehjælp
 Spilleeftermiddag
 Gratis økonomisk og gældsrådgivning, hver anden onsdag i ulige uger.
 Kræver tilmelding.
 Fællesspisning
 NADA Kræver tilmelding, pris 20,-kr.
 NADA Kræver tilmelding, Pris 20,-kr.
 Gåtur/Udflugt
 Sy/ strikke og hækle eftermiddag
 Krea-eftermiddag med papir, perler osv.
 Digital næste hjælp
 Fællesspisning