

SUNDHEDSUGEN 2026

Sundhedsugen afholdes i uge 24 – med en lille tyvstart!

Gennem en lang række aktiviteter i hele kommunen vises de mange facetter af sundhed med inspiration til, hvordan man kan skabe sig et sundt liv, hvor man trives og kan leve det liv, man ønsker. I løbet af ugen kan man møde repræsentanter fra Norddjurs Kommune og nogle af de mange foreninger i kommunen.

Følg prikkerne og få overblik over hvornår der sker noget i nærheden af dig.

AUNING | GRENAA | ØRUM DJURS

WEEKENDEN UGE 23

Sundhedsoptog til Auning sommerfest

Vi tyvstarter med sommerfestens optog med fokus på sundhed og fællesskab. Kom og gå med i det festlige optog og skyd ugen i gang.

Lørdag den 6. juni kl. 9.30.

Møllehjemmet, Elme Allé 8, 8963 Auning.
Slutsted: Sommerfestpladsen.

Hold byen ren

Fælles, frivillig skraldeindsamling i Auning. Kom og gør noget godt for naturen.

Søndag den 7. juni kl. 10.00. Nørgaard Teknik, Nørgaardsvej 5, 8963 Auning.

MANDAG DEN 8. JUNI

Mandagssang

Kom og syng med! Start ugen med sang i hyggeligt selskab. Kl. 10.00-11.00.

Stjernecaféen på Violskrænten & Grønnegården, Violskrænten 13, 8500 Grenaa

Sundhedsbussen i Auning

Hvor meget ved du om sundhed? Deltag i en quiz ved Sundhedsbussen og få chancen for at vinde en gavekurv. Herudover kan du få et hurtigt sundhedstjek, f.eks. måling af lungefunktion og blodtryk, få råd om kost, motion og rygestop samt se hjælpemidler og digitale løsninger, der kan styrke din livskvalitet i hverdagen. Kl. 10.30-15.30.

Auning Idræts- og Kulturcenter, Stadion Allé 2C, 8963 Auning

TIRSDAG DEN 9. JUNI

Old Run / Violskrænten & Grønnegården

Hep på beboerne, når de går og triller kilometer i Old Run 2026. Kl. 10.00-11.30.
Haven på Violskrænten & Grønnegården, Violskrænten 13, 8500 Grenaa

Sundhedsbussen i Ørum

Hvor meget ved du om sundhed? Deltag i en quiz ved Sundhedsbussen og få chancen for at vinde en gavekurv. Herudover kan du få et hurtigt sundhedstjek, f.eks. måling af lungefunktion og blodtryk, få råd om kost, motion og rygestop samt se hjælpemidler og digitale løsninger, der kan styrke din livskvalitet i hverdagen. Kl. 10.30-15.30.

Ørum Aktiv Center, Skolebakken 43, 8586 Ørum

Yoga med YogaVærket

Kom og få kontakt til kroppen og dyrk yoga udendørs med instruktør fra YogaVærket. Alle kan være med, uanset niveau. Kl. 16.30.

SuperBrugsens tagterrasse, Centervej 6, 8963 Auning

Kom og lær at spille bridge/ Bridge82

Alle interesserede inviteres til at lægge vejen forbi, lære om spillet og få kort i hænderne. Kl. 19.00-21.00.
Hotel Marina, Kystvejen 32, 8500 Grenaa, 1. sal

ONSDAG DEN 10. JUNI

Gåture med Grenaa Fodslaw

Der vil være en gåtur på tre km og en på fem km i moderat tempo. Kl. 10.00.

P-pladsen ved Skovbørnehaven, Ydesvej 3, 8500 Grenaa

Kreative hænder

Hyggelige kreative udfoldelser i selskab med andre. Tag dit kreative projekt med. Kl. 10.00-11.30.

Stjernecaféen på Violskrænten & Grønnegården, Violskrænten 13, 8500 Grenaa

Velfærdsteknologi-showroom

Er du nysgerrig på at få mere viden om sundhed, hjælpemidler og forebyggelse? Så kig forbi Social- og Sundhedsskolen, hvor du kan gå på opdagelse i forskellig velfærdsteknologi. Kl. 10.00-16.00.

Randers Social- og Sundhedsskole, Ydesvej 1, 8500 Grenaa

Sundhedsbussen i Grenaa

Hvor meget ved du om sundhed? Deltag i en quiz ved Sundhedsbussen og få chancen for at vinde en gavekurv. Herudover kan du få et hurtigt sundhedstjek, f.eks. måling af lungefunktion og blodtryk, få råd om kost, motion og rygestop samt se hjælpemidler og digitale løsninger, der kan styrke din livskvalitet i hverdagen. Kl. 10.30-15.30.
Djurslands Bank GRENAA ARENA, Ydesvej 2, 8500 Grenaa

Kom og prøv krolf – Auning

Auning Krolf inviterer hele familien til at prøve krolf. Krolf er en blanding af krocket og golf. Et socialt spil for alle aldre. Kl. 16.00-18.00.

Søndre Fælledvej 10A, 8963 Auning

Orienteringsløb-introduktion – OK Djurs

Kom og prøv orienteringsløb. Der er hjælpere for nye deltagere, kort og kompas. Kl. 16.30-18.00.

Djurslands Bank GRENAA ARENA, Ydesvej 2, 8500 Grenaa

Prøv SUP og havkajak – Grenaa SUP OHANA og Grenaa Kajakklub

Kom med på vandet. Der er alt det nødvendige udstyr, og du vil blive hjulpet godt i gang under begyndervenlige forhold. Kl. 17.00-19.00.

Oplevelsesbroen i lagunen bag Grenaa Marina.

Parkering: Grenaa Naturskole, Klitten 1, 8500 Grenaa

Aktiviteter for alle - Øster Alling Idrætsforening

Prøv kræfter med bl.a. fodbold, tennis, krolf, petanque, bordtennis eller fitness. Kl. 17.00-19.00.

Øster Alling Station, Stadionvænget 5, 8963 Auning

Gratis prøvetime i swing og rock'n'roll – Kom og Dans Grenaa

Kom og prøv at danse swing og rock'n'roll. Vi giver dig sjov motion og hyggeligt samvær. Kl. 18.30-19.45.
Skolebakken 33, 8586 Ørum Djurs



TORSdag DEN 11. JUNI

Siddegymnastik

Skånsom bevægelse i hyggeligt selskab. Kl. 9.00-9.45.

Stjernecaféen på Violskrænten & Grønnegården, Violskrænten 13, 8500 Grenaa

Sundhedsbussen i Åstrup

Hvor meget ved du om sundhed? Deltag i en quiz ved Sundhedsbussen og få chancen for at vinde en gavekurv. Herudover kan du få et hurtigt sundhedstjek, f.eks. måling af lungefunktion og blodtryk, få råd om kost, motion og rygestop samt se hjælpemidler og digitale løsninger, der kan styrke din livskvalitet i hverdagen. Kl. 10.30-15.30.

Åstruphallen, Mellemstrupvej 21, 8500 Grenaa

Banko i Digterparken

Kom og prøv lykken i banko afholdt af Digterparkens frivillige. Egenbetaling til banko plader. Kl. 13.30.

Digterparkens Café, Tove Ditlevsens Vej 2, 8500 Grenaa

OCR-bane: Et miniløb med forhindringer – Spartans OCR Grenaa

Kom og prøv kræfter med Obstacle Course Racing – et miniløb med forskellige forhindringer. Kl. 16.30

Stadion Allé 11, 8500 Grenaa

AuningLøbet 2026

Deltag i det årlige AuningLøb og få nogle hyggelige timer i selskab med andre motionister. Ruterne spænder fra 3 km gåtur til 60 km på cykel. Se mere på løbets hjemmeside: www.auninglobet.dk

Kl. 18.00-21.30. Centervej, 8963 Auning

Gåtur med Grenaa Fodslaw

En vandretur på ti km. På halvvejen vil der være en hyggelig pause med kage og kaffe (egenbetaling på 10 kr.) Kl. 19.00-21.30.
P-pladsen ved Stjernehuset, Sandstumpvej 35, 8500 Grenaa

FREDAG DEN 12. JUNI

Velfærdsteknologi-showroom

Er du nysgerrig på at få mere viden om sundhed, hjælpemidler og forebyggelse? Så kig forbi Social- og Sundhedsskolen, hvor du kan gå på opdagelse i forskellig velfærdsteknologi. Kl. 9.00-15.00.

Randers Social- og Sundhedsskole, Ydesvej 1, 8500 Grenaa

LØRDAG DEN 13. JUNI

Byttecentral: Tøj, sko og tasker

Gør et godt fund – kom og byt til nyt. Kl. 10.00.

Parkeringspladsen ved Kirkens Korshær, Centervej 21C, 8963 Auning

Læs mere om Sundhedsugen på norddjurs.dk/sundhedsugen eller ved at scanne QR-koden.



Programmet vil også blive bragt i lokalavisen.