



**November 2024**

# Folkehuset Lystrup

## Sønderskovhus Nyt



**CAFÉEN  
MENUPLAN**

Midtersiderne  
(kan tages ud)

### Månedssblad for Folkehuset Lystrup

Distrikt Nord

Lystrup Centervej 78,

8520 Lystrup

Udgivet siden 1983

Bladet er gratis



**DET SKER I  
Folkehuset  
Lystrup:**

**KALENDER  
SIDE 5**

**Næste blad**

**udkommer 1. december**

**KONTAKT  
PERSONER**

**NYTTIGE  
OPLYSNINGER  
SIDE 41**

**Kulturperlerne  
SIDE 11**

**John Overgaard  
& Friends  
SIDE 25**

**FASTE  
AKTIVITETER  
i Folkehuset  
SIDE 39**

**Lions Lystrup  
løvfaldstur  
SIDE 16**



# Redaktionens side



Bent Rise

mobil: 29 33 72 87

mail: [bentrise@icloud.com](mailto:bentrise@icloud.com)



Aage Jarl Jensen

mobil: 20 34 08 94

mail: [aagejarl@gmail.com](mailto:aagejarl@gmail.com)

Indlæg/stof til bladet skal være redaktionen i hænde **senest den 20. i hver måned** og kan sendes på mail til en af os eller afleveres på skrift i postkassen i den hvide reol i Caféen. Du er også velkommen til at ringe på 29 33 72 87 eller 20 34 08 94.

*Redaktionen tager forbehold for evt. trykfejl og fejl i navne mm.*

*Kontakt venligst redaktionen, så fejlen kan blive rettet til næste nummer.*



Helga har færdiggjort  
det første puslespil på  
500 brikker





# Indholdsfortegnelse

Redaktørens side / Puslespil ved Caféen	2
Mogensen Duo kommer i Caféen	4
KALENDEREN: Folkehuset Lystrup	5
Sang og musik på tværs	6-8
Danmark spiser Mortens and sammen i Caféen	9
Gamle klassekammerater v/ Søren Rasmussen	10
Kulturperlerne	11-13
Damefrokost november	14
Tøj bilen v. Jytte Nygaard kommer i caféen	15
Løvfaldstur Lions Club Lystrup	16-18
Bustur til Randers Storcenter	19
Julemarked sønderskovhus	20
CAFÉENS MENUPLAN	21-24
John Overgaard & Friend spillede i Caféen	25-27
Lystrup Gutterne på tur	28-31
Fotoklubben	32-33
Syng julen ind med Birgitte og Aage	34
Bustur til Plantorama / Jul i Hinnerup	35
Det sker i Lystrup Kirke	36
Julemiddag i Caféen	37
Nytårskoncert med Salonorkesteret	38
Faste aktiviteter i Folkehuset Lystrup	39-40
Kontaktpersoner/Nyttige oplysninger	41-42
Gudstjenester	43
Sang og musik på tværs	Bagsiden

  
**FOLKEHUSET LYSTRUP**  
**Sønderskovhus Caféen**  
CAFÉEN'S VENNER

---



**Torsdag den 14. november kl. 18:00**

**Menu: Marineret kam med flødekartofler og salat**

**Kaffe/te med kage i pausen**

**Billet pris: 130,- kr.**

Mogensen Duo dykker ned i den amerikanske sangskat fra 1930'erne og op til 1960'erne. Vi skal høre musik af Fats Domino, Jerry Lee Lewis, Little Richard, Ray Charles, Chuck Berry, Frank Sinatra, Louis Armstrong og mange flere. Genren er fra det swingende blues og boogie woogie til rock'n'roll krydret med country og tilføjet en smule ragtime.

**Billetsalg i Caféen 31. oktober kl. 10:00**

Evt. resterende billetter kan købes efterfølgende af personalet i caféen senest tirsdag den 12. november



# KALENDEREN: Folkehuset Lystrup

<b>DATO:</b>	<b>TID:</b>	<b>ARRANGEMENT:</b>
04. nov	14-16:00	Sang og musik på tværs (se bagsiden)
05. nov	14-16:00	Spil whist igen (lokale C) (se bagsiden)
06. nov	11:00	Nærvær-gudstjeneste i Lystrup Kirke (se side 43)
08. nov	11:30	Danmark spiser sammen i Caféen (se side 9) Stegt and med brune og hvide kartofler, sauce og rødkål Ris a la mande med kirsebærsauce Musikalsk underholdning med Aage Tilmelding på tavlen Pris 140,- kr.
14. nov	18:00	Mogensen duo i Caféen Arr. Caféens Venner (se side 4) Marineret kam med flødekartofler Pris: 130,- kr. Billetter sælges 31. okt. kl. 10:00 i Caféen
18. nov	14-16:00	Sang og musik på tværs (se bagsiden)
19. nov	14-16:00	Spil whist igen (lokale C) (se bagsiden)
23. nov	10:00	Julemarked Sønderskovhus Arr. Markedsudvalget (se side 20)
26. nov	13:00	Damekrokost i Caféen (se side 14) Spisning og hygge (Fiskefilet, Tarteletter, ribbensteg m/rødkål og risalamande) Pris: 100,- kr. Musikalsk underholdning med Frank og Aage Tilmelding på opslagstavlen ved Caféen Betales kontant ved fremmøde
27. nov	10:30	Adventssangsang i lokale D (se side 43)
27. nov	10-13:00	Tøjbilen kommer i Caféen (se side 15)
28. nov	12:00	Bustur til Randers Storcenter Arr. Aktivitetsudvalget Tilmelding på opslagstavlen ved Caféen Se side 19)
03. dec	14-16:00	Spil whist igen (lokale C) (se bagsiden)
10. dec	14:00	Bustur til Plantorama/Jul i Hinnerup Arr. Aktivitetsudvalget Tilmelding på opslagstavlen ved Caféen Se side 35)
12. dec	14:30	Birgitte og Aage synger julen ind - Arr. Caféens Venner Julegløgg og æbleskiver Pris: 50,- kr. Billetter sælges 28. nov. kl. 10:00 i Caféen (se side 34)



# Sang og musik på tværs

Læserbrev 12. august 2024:



Der blev sat gang i vores stemmebånd på denne mandag i august. 28 glade mennesker mødte op for at bryde ud i sang til Johns pianospil. Frit valg på alle hylder. Vi sang fra den lille røde og der er ikke mindre end 237 sange. Ligegyldigt hvad vi valgte slog John takten. Kærlighedssange, sømandsviser og fædrelandssange.

Det er længe siden jeg har haft så god en eftermiddag. Godt trætte i stemmebåndet som ikke har været i gang længe.

Hvor var vi heldige dem som mødte op. John fejrede 25 års dagen for sin start med Sang og musik på tværs.

John blev hyret i 1999, hyret men ingen løn. Det er virkelig imponerende at gøre så mange mennesker glade gennem et kvartårhundrede.



# Sang og musik på tværs

John mente det skulle fejres med maner og inviterede alle på kaffe og kage, samt øl og sodavand.

I mange år spillede han sammen med Verner, som måtte smide taktstokken for et par år siden, grundet sygdom. Trods sygdom mødte han op og var med til at få en god dag både for John vores jubilar og resten af koret.

En stor tak til Inger og Kirsten som har holdt ud lige så mange år som John. Tænke sig hvad de ældre kan holde til i frivilligheden tegn. Kirsten og Inger er lidt over konfirmationsalderen, men stadigvæk kåde som forårslam.

En stor tak med håb om at både de to nymfer og piano John holder i mange mange år til glæde for os brugere af Folkehuset Lystrup.

John Nørgaard





# Sang og musik på tværs

Læserbrev 23. september 2024:



Igen i dag var jeg sammen med bowlingholdet til MUSIK OG SANG i Sønderskovhus Cafèen, og igen var det dejligt at synge med på de kendte sange sammen med 25 andre besøgende.

Der blev et lille ophold i sangene, da der blev serveret kaffe med chokoladekage, hvorefter vi fortsatte til kl. 16. Vi sluttede med at synge Sønderskovhus-Sangen som jeg næsten havde glemt, men det var dejligt at jeg fik den genopfrisket.

Alt i alt en rigtig dejlig eftermiddag hvor jeg også fik hilst og snakket med andre som jeg ikke lige møder hver dag.

De 2 timer fløj afsted, og jeg kunne godt ha' blevet ved.

Uanset om du er en sangfugl eller blot til musik, så kom forbi næste gang der er musik og sang, det er den 7. okt. kl. 14-16. og du vil ikke fortryde det.

Preben Bager



**DANMARK SPISER**  
**MORTENS AND SAMMEN**  
**Fredag den 8/11 kl. 11.30 – 13.00**



**Menu: Stegt and med hvide og brune kartofler,  
sauce og rødkål**

**Dessert: Ris al mande med kirsebærsauce.**

**Musikalsk underholdning med Aage**

**Pris 140 kr.**

**Tilmelding på tavlen**

**Menu kan ikke købes eller bestilles som take away**

**Alle er velkommen**



# Gamle klassekammerater

Læserbrev 21. september 2024



Fredag den 20. september 2024 mødtes vi 7 gamle klassekammerater fra Aarhus Akademi.

En dejlig dag hvor snakken gik livligt og hvor alle "løgne historierne" blev (gen) fortalt.

Geografisk var vi en fra Haderslev, en fra Ebeltoft, en fra Aarhus, en fra Beder, en fra Lystrup og to fra Risskov.

Fra vi gik ud af skolen i 1960/61 har vi mødtes hver 5. år. Vi var flere i klassen men nogle er faldet væk, af naturlige årsager, andre har vi ikke kunnet finde og så er der nogle få stykker der ikke vil kendes ved de festglade initiativtagere.

De seneste 3-4 år har vi mødtes en gang om året da de ældre klassekammerater finder det mest praktisk. Som den yngste retter jeg mig selvfølgelig efter dem. Jeg kender konsekvenserne fra skoletiden.

Hvor er det dejligt at genopfriske skoleturen til Himmelbjerget, skoleturen til Kollund i Sønderjylland, en eftermiddag på Brabrand Sø i Kano og meget mere for slet ikke at tale om de, stadig lige kønne piger.

Jeg glæder mig til vi ses i September 2025.

Søren Rasmussen



# Kulturperlerne

Tirsdag den 8. oktober var vi 18 damer fra Kvindegruppen "Kulturperlerne" samlet på Sønderskovhus til et foredrag om:  
**Øreakupunktur "NADA".**



NADA er øreakupunktur. Der sættes 5 nåle i hvert øre. Nålene sættes 5 specifikke steder og de sættes samme sted hos alle. Derfor skal behandleren ikke undersøge, udspørge mm. Det kan derfor gøres nemt og hurtigt. Nålene skal som udgangspunkt sidde i ørene ca. 45 min.

**NADA er godt for rigtig mange ting. Det skaber balance i krop og sind.**

Det kan afhjælpe stress, tankemylder, træthed mm. Det kan virke angstdæmpende og kan give sindsro, øget fokus, balance, bedre søvn, overskud og gør det nemmere at komme i process og arbejde med sig selv. Alle må få NADA. <https://nada-danmark.dk/>



Vi startede med en kop NADA te og en lille formiddagskage.



## Kulturperlerne

Vi var derefter klar til og høre foredragsholder Tanja fortælle, om sit eget møde med NADA og hvordan det har hjulpet hende med at finde ro og balance i kroppen efter et hårdt liv på følelser.

Efter foredraget var det vores tur til og prøve kræfter med nålene - der skulle 5 i hvert øre, og de skulle sidde i ca. 45 min. Så man kan hvis roligt sige vi fik "en pind (eller flere) i øret"

Virkningen var "så som så" da man helst skulle sidde i stilhed og med lukkede øje - og det er svært og gennemføre i en kvindegruppe, hvilket nok siger sig selv





# Kulturperlerne

Vi sluttede dagen af med en kæmpe kyllingeburger i hyggeligt selskab.

Og så var det ellers hjem og slappe af og afvente om nålene endelig gav sin virkning

Susanne/Kulturperlerne



  
**FOLKEHUSET LYSTRUP**  
**Sønderskovhus Caféen**

# **DAMEFROKOST**

**Tirsdag den 26. november kl. 13:00**



Musikalsk  
underholdning



af Frank og Aage

**Damefrokost er for alle damer, der har lyst til at være med.**

**Tilmelding på opslagstavlen i caféen.**  
**Vi beder jer venligst først møde op kl. 12.30**  
**af hensyn til caféens øvrige gæster**

**Pris.: 100,- kr. som betales kontant ved fremmøde.**

**Drikkevarer betales separat.**

## **JULEFROKOSTMENU:**

**Fiskefilet – Tarteletter – Ribbensteg med rødkål**  
**Kaffe og risalamande**

**Afbud senest dagen før på 28 15 93 55**  
**ellers er tilmelding bindende.**



# TØJBILEN V/ JYTTE NYGAARD

NØJE UDVALGT TØJ MED FOKUS PÅ KVALITET OG PASFORM

**SE DE NYE  
VARER!**

BLUSER  
STRIK  
T-SHIRTS  
CARDIGANS  
TUNIKAER

**PERSONLIG  
BETJENING**

Få råd og  
vejledning

**CISO  
M I C H A  
SIGNATURE  
BRANDEX  
SUNDAY  
JENSEN**

BUKSER  
NEDERDELE  
KJOLER  
OVERTØJ

LILLE UDVALG AF  
HERRETØJ

**STR. S-4XL**

**ALTID STORT  
UDSALGSSTATIV**

**BETALING:**  
KONTANT  
MOBILEPAY  
DANKORT  
OVERFØRSEL  
(EFTER AFTALE)

VI MØDES:

**Onsdag d. 27. november  
kl. 10.00-13.00 Caféen**

[jytenygaard@tøj bilen.dk](mailto:jytenygaard@tøj bilen.dk)

61 68 97 81



# Lions Lystrup løvfaldstur



Igen i år inviterede Lions Lystrup på løvfaldstur, og det var vi mange, der havde glædet os til. Som vanligt vidste vi ikke hvor bussen førte os hen, men det var fine landskaber vi kørte gennem. I store træk kørte vi omkring Thorsager, og derefter kom vi forbi Kolind, Tirstrup, Feldballe, Krakær, Femmøller og slutteligt ankom vi godt kaffetørstige til Fuglsøcentret.



Her stod kaffen klar med boller og fløde skumslagkage, herligt.





## Lions Lystrup løvfaldstur

Vi havde alle fået udleveret et nummer, så vi efter kaffen kunne deltage i en gavelodtrækning. Jeg selv var for en gang skyld heldig, og vandt en gave på mit nummer.





# Lions Lystrup løvfaldstur



Efter "gaveregnen" sluttede vi af med et par sange fra Højskolesangbogen.

Tak Lions for en helt igennem herlig tur, og tak fordi I altid tænker på os.  
Preben Bager

# FOLKEHUSET LYSTRUP Sønderskovhus Caféen

AKTIVITETSUDVALGET

## Bustur fra Folkehuset Lystrup Torsdag den 28. november kl. 12:00



### Randers Storcenter



Vi kører til Randers storcenter torsdag d. 28/11 kl. 12:00 fra folkehuset Lystrup

Alle kan deltage (kørestolsbruger medbringer selv hjælper)

Der er 8 pladser og det er først til mølle

Ved flere interesserede til turen vil vi forsøge at finde en bus mere

Der kan købes klippe kort i cafeen (folkehuset Lystrup)

Pris for turen er 1 klip

Tilmelding bliver sat på opslagstavlen i cafeen d. 1/11

Sidste tilmelding er onsdag d. 20/11 kl. 19:00

Der drikkes kaffe i Bilka (Bistroen) kl. 15.00

Der køres fra Randers storcenter kl. ca. 15:30

Stor hilsen Aktivitetsudvalget

  
**FOLKEHUSET LYSTRUP**  
**Sønderskovhus Caféen**  
MARKEDSUDVALGET



**KOM TIL STORT**  
**JULEMARKED**

**Lørdag den 23. november 2024**  
**kl. 10-14:00**

Der vil være amerikansk lotteri, boder med julenisser, juledekorationer, glas ting, kort, smykker, strik, træ ting, aloevera, fildede hatte mm  
Derudover kan der købes gran og små juletræer med eller uden julelys

**Caféen tilbyder:**

Der vil være mulighed for at købe gløgg og æbleskiver hele dagen.

Suppe og høns i tarteletter til middag fra kl. 11:30 – 13:00

Der er salg af frisk brød og kager





# Menuplan

# Folkehuset Lystrup Caféen



**ÅBNINGSTIDER: Mandag til fredag: 07:00—14:00**

**TELEFON: 87 13 89 55**

# CAFE SØNDERSKOVHUS

Menuplan for november 2024

Ugedag Dato Menu

Fredag 1. Brændende kærlighed med ekstra grønsager

Lørdag/søndag **lukket**

Mandag 4. Hvidkålsrouletter med sauce, kartofler og asier

Tirsdag 5. Kyllingekotelet med barbequesauce, kartofler og årstidens salat

Onsdag 6. Honningeskinke med flødekartofler og råstegte gulerødder

Torsdag 7. Medister med stuvet hvidkål og hjemmesyltede rødbeder

Fredag 8. **Danmark spiser sammen:** Andemenu - (se opslag)

Lørdag/søndag **lukket**

Mandag 11. Ovnbagt fisk med estragonsauce, kartofler og ovnbagte beder

Tirsdag 12. Brunkål med flæsk og rødbeder

Onsdag 13. **Det grønne køkken:** Korma med blomkål og drys af nødder og ris

Torsdag 14. Frikadeller med sauce, kartofler og agurkesalat

Fredag 15. Ribbenssteg med sauce, kartofler og rødkål

Lørdag/søndag **lukket**

- Mandag 18. Kylling i karry med grønsager og ris
- Tirsdag 19. Enebærgryde med kartoffelmos og asier
- Onsdag 20. Bøf med bløde løg og sauce, kartofler og rødbeder
- Torsdag 21. Paneret kotelet med sauce, ovnkartofler og salat
- Fredag 22. Marineret kam med råstegte kartofler og kryddersauce og vintersalat

Lørdag **Julemarked - se opslag**

Søndag **lukket**

**23**

- Mandag 25. Farseret porre med sauce, kartofler og dampet blomkål
- Tirsdag 26. Fiskefilet med persillesauce, kartofler og gulerodsråkost
- Onsdag 27. Sønderskovhusgryde med kartoffelmos og rødbeder
- Torsdag 28. Glaseret skinke med grønlångål og kartofler
- Fredag 29. Forloren hare med vildtsauce, kartofler, tyttebær og gemyse

Lørdag/søndag **lukket**

*Ret til ændringer forbeholdes*

**Caféen på Folkehuset Sønderskovhus**

Åbningstider: 09:00-14:00

Salg af middagsmad fra kl. 11:30-13:00

Tlf. 87 13 89 55



**Chili con carne** 80 kr.  
**(3 pers.)**

**Lasagne** 85 kr.  
**(4 pers.)**

**Kylling Lasagne** 85 kr.

**Boller i karry (16 stk.)** 80 kr.

**Sønderskovhus gryde** 85 kr.  
**(3 pers.)**

**Tartelet fyld (til ca. 6 stk.)** 80 kr.

**Tunmoussé u/pynt (3 pers.)** 40 kr.

**Kringle (6 pæne stk.)** 60 kr.

Vi tilbyder andre hjemmelavede retter.

**Hver dag friskbagt Brød**



Alle Take Away menuerne er frosne.

Varmevejledning medfølger, og vi står altid til rådighed for spørgsmål.

Fra kl. 11:30-13:00

**Hjemmelavet  
Müsli: 400 gram 25 kr.  
og andre hjemmelavede  
specialiteter**

**ÅBNINGSTIDER:  
Mandag - fredag  
7:00 - 14:00**

**KUNDESERVICE  
Tlf. 87 13 89 55**

**mail: [bax@aarhus.dk](mailto:bax@aarhus.dk)**

Mød os på



**Sønderkovhuscafe**

1. januar 2024





# Nyt fra Caféens Venner



## John Overgaard & Friends spillede i Caféen 10. oktober



En dejlig aften i Caféen, hvor det lokale band John Overgaard & Friends førte os flot igennem mange af de dejlige hits fra vores yngre dage.

Der blev lyttet intens og fødderne vrikkede i takt. Der blev nynet flittigt med på de kendte sange, som blev fremført med flerstemmig sang og gode harmonier. Følelserne kom især frem i sidste nummer før pausen: "Lyset kom", som gruppen selv har skrevet.

Den dejlig Chili con carne som caféen havde lavet til smagte fantastisk.

Tak til John Overgaard & Friends fordi de spillede for os, tak til Caféen for maden og tak til de frivillige for deres store arbejde. Uden dem, ingen fest.



# Nyt fra Cafés Venner



John Overgaard & Friends spillede i Cafén 10. oktober





# Nyt fra Caféens Venner



John Overgaard & Friends spillede i Caféen 10. oktober

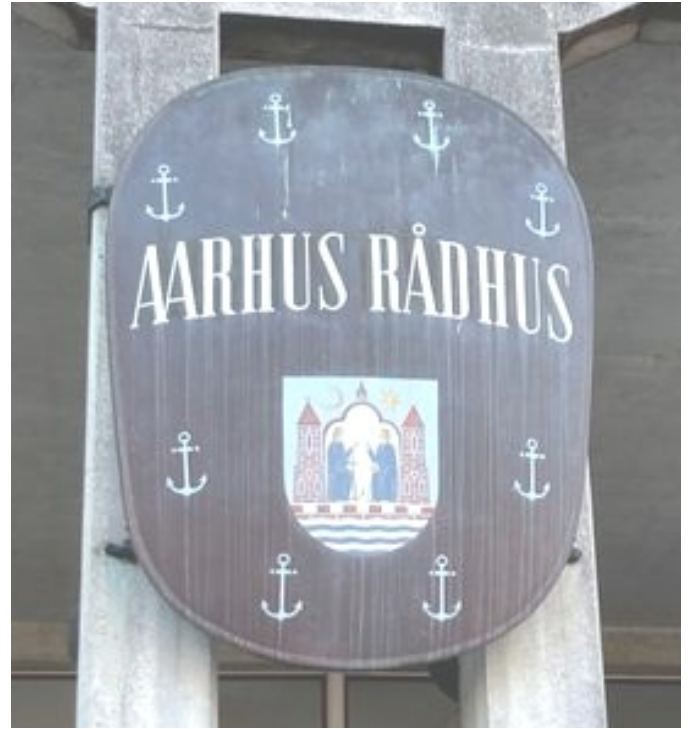




# Lystrup Gutterne på tur

## LystrupGutternes tur til Århus Rådhus d. 15/10 - 2024

12 gutter var tilmeldt turen, Frank havde arrangeret fælles bus kørsel fra Lystrup, Gul bus nr. 18 fra Brugsen kl. 8:32. 9 gutter var med bussen, som kørte os ind til Park alle. Det var aftalt, at vi skulle mødes udenfor Rådhuset lidt før kl. 9:30. Efter en forglemmelse af tilmeldingslisten opstod der nu noget forvirring omkring hvor mange vi egentlig skulle være og hvem vi manglede. Efter flere kontrol- og fintællinger fandt vi ud af, at vi manglede Aage Jarl. Der blev ringet til Aage og det viste sig, at han helt havde glemt arrangementet. Han mente ikke han kunne nå at komme ind og deltage, så vi måtte desværre tage rundvisningen uden ham. Foruden os var der 25 andre tilmeldt rundvisningen på Rådhuset, så der var to Aarhusguider til at vise os rundt. Vi blev opdelt i to grupper. Først var vi udenfor og fik fortalt lidt om Rådhusets arkitekter og husets historie.





# Lystrup Gutterne på tur

Efterfølgende var vi så inde i den store Rådhus hal hvor gulvet var lavet af 7.000 år gammelt moseg. Guiden fortalt hvordan hele huset var fredet og alle møbler, gulvtæpper, lamper borde mv. nøje var designet, så de passede til huset.



Vi så også det rum hvor folk blev borgerlig viet og guiden fortalte om udsmykningen af rummet. Da vi kom ud igen var Frank og jeg lidt i tvivl om hvorvidt vi nu var blevet gift, men blev dog enige om, at det var vi nok ikke. Senere besøgte vi byrådssalen, hvor vi fik fortalt, at gulvtæppet i salen var ved at være meget slidt, da alt i huset var fredet måtte man ikke bare gå i Tæppeland og købe et nyt gulvtæppe, nej der skulle laves et specielt tæppe og byrådet havde fået et godt tilbud på 8 millioner kroner for et nyt tæppe. Så den investering lå lidt på is





# Lystrup Gutterne på tur

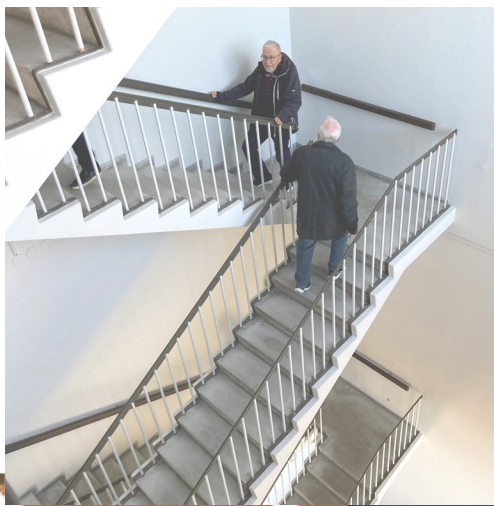




## Lystrup Gutterne på tur

Vi afsluttede rundvisningen med en tur i tårnet, der kom nu flere besøgende til og da elevatoren kun kunne tage 4 personer ad gangen ville det tage forholdsvis lang tid hvis vi alle skulle med elevatoren op. Så vi valgte, at tage trapperne, hvilken var noget af en udfordring med de 324 trin. Efter vi alle var kommet godt op i tårnet fik vi forklaret om klokkerne hvordan de var gemt væk under krigen. Midt i foredraget slog klokkerne et 1/4 time slag og det rykkede noget i høreapparaterne. Efter vi havde nydt den gode udsigt i det klare vejr var vores Rådhus tur slut. Klokken var nu ved at nærme sig middag, så der blev besluttet at vi skulle gå på Street Food og få noget at spise. Efter vi havde fået en øl og noget at spise tog vi atter bussen hjem til Lystrup og endnu en vellykket tur med gutterne var slut.

Hans Gissel.





# Fotoklubben

Er din interesse “fotokunst”?

Så har du mulighed for at udvikle din passion i et fællesskab med lige-stillede i Fotoklubben i Lystrup Folkehus.

En gruppe for alle, nybegyndere såvel som erfarne.

Medlemmerne mødes og diskuterer forskellige temaer, som er aftalt på forhånd.

På det seneste møde var emnet på “Rad og Række”

De enkelte deltagere præsenterede deres bud på medbragte billeder af emnet og fik ros/konstruktiv kritik af de andre i gruppen.

En viste fotos fra den amerikanske krigskirkegård “Omaha” i Norman-diet med tusindvis af hvide kors

En anden viste naturfotos

En tredje billeder af arkitektur

En fjerde havde været i Salling i Aarhus







# Fotoklubben



Kommende temaer er fotoekskursion til “Aarhus Ø”,  
“Latinerkvarteret” og “Skovmøllen”.  
Gruppen afholder to “Mini-frokoster” om året.

Klubben har følgende hjemmeside: [Fotoklubben-sonderskovhus.dk](http://Fotoklubben-sonderskovhus.dk)  
Peder H. Kristensen (29 24 23 15) og Karsten Thorlund (20 28 23 37)  
har stået for “driften” i rigtig mange år og kan kontaktes for yderligere information.

Bent Rise

  
**FOLKEHUSET LYSTRUP**  
**Sønderskovhus Caféen**  
CAFÉEN'S VENNER

---



**SYNG JULEN IND  
MED BIRGITTE & AAGE**

**Torsdag den 12. december kl. 14:30**

Syng med på de mange forskellige julesange  
Vi får julegløgg og æbleskiver i pausen

**Billet pris: 50,- kr.**



**Billetsalg i Caféen 28. november kl. 10:00**

Evt. resterende billetter kan købes efterfølgende  
af personalet i caféen senest tirsdag den 10. december

# FOLKEHUSET LYSTRUP

## Sønderskovhus Caféen

AKTIVITETSUDVALGET

### **Bustur fra Folkehuset Lystrup** **Tirsdag den 10. december kl. 14:00** **Juletur til Plantorama og julelys i Hinnerup**



**Vi kører til Plantorama og bagefter til julelys i Hinnerup (Fredensgade) tirsdag d.10/12 kl. 14:00 fra folkehuset Lystrup**

**Alle kan deltage (kørestolsbruger medbringer selv hjælper)**

**Der er 8 pladser og det er først til mølle**

**ved flere interesserede til turen vil vi forsøge at finde en bus mere**

**Tilmelding bliver sat op på opslagstavlen d.25/11 2024**

**Sidste tilmelding er onsdag d.6 /12 kl. 19:00**

**Der kan købes klippe kort i cafeen (folkehuset Lystrup)**

**Pris for turen er 1 klip**

**Vi drikker kaffe i Plantorama kl. 15:30**

**Der køres fra Hinnerup igen kl. ca. 17:30**

**Stor hilsen aktivitetsudvalget**





# Det sker i Lystrup kirke

## Sangcafeer for mennesker med demens og deres pårørende

### Mandag eftermiddage i Lystrup Kirkes mødesal

Sangcafeerne er særligt tilrettelagt for demensramte hjemmeboende og deres pårørende. Det er vigtigt for demensramte at kunne deltage i en aktivitet sammen med deres ægtefælle eller ven. For her er vi sammen om livet – også når det er svært. Men det er også lettere at være til stede som pårørende, når man er sammen med andre, som er i samme situation. Vores frivillige værtinder vil sørge for at der er pyntet fint op og gjort klar, når I kommer. Vi serverer kaffe, the, boller og kage.

Tilmelding til sognepræst Hans Boas på [HHMB@km.dk](mailto:HHMB@km.dk) eller tlf. 2320 2392

### Mandag den 4. november kl. 14.00

Kasper Ehlers, sanger, musiker og musikterapeut.





# FOLKEHUSET LYSTRUP

## Sønderskovhus Caféen

CAFÉEN



## **Sønderskovhus Caféen tilbyder julemiddag 23. december kl. 11:30-13:00**

**MENU: PRIS: 67,- kr.**

**Flæskesteg med brune og hvide kartofler,  
rødkål og sauce**

**Ris a la mande med kirsebærsauce**

Ønsker man middagen med hjem, skal den forudbestilles inden den 18. december i Caféen

Middagen bliver pakket kold i enkelt portion

Skal hentes den 23. december  
i tidsrummet 12-13:00

# Nytårskoncert med SALONORKESTRET



**Torsdag den 9. januar kl. 15:00**



**1 glas champagne med kransekage**  
**PRIS: 50,- kr.**

**Billetsalg i Caféen den 2. januar kl. 10:00**

Evt. resterende billetter kan købes efterfølgende  
af personalet i caféen senest tirsdag den 8. januar



# FASTE AKTIVITETER i Folkehuset Lystrup

Kontaktperson vedr. opdatering af informationer om de faste aktiviteter: *Navn: Hans Gissel E-mail: hans.gissel@post.tele.dk*

---

## **Akvarel - og akryl gruppen:**

Gruppen mødes i Lystrup Folkehus lokale D, hver onsdag 9:30 til 11:30

*Kontaktperson: Elsebeth Bach: 23 32 16 53*

## **Bobspil:**

Gruppen mødes i Lystrup Folkehus i lokale B, hver onsdag fra 10 – 11:30

*Kontaktperson: Karna Staal: 61 78 81 40*

*eller Betty Møller: 51 20 75 40*

## **Damefrokost:**

Damefrokosten finder sted den sidste tirsdag i hver måned, kl. 13:00 i Folkehusets Cafe.

*Kontaktperson: Else Foged: 28 15 93 55*

*Annette Rasmussen: 61 77 43 51 Kirsten Bering: 21 40 60 87*

*eller Inge Dorete Jarl 20 34 02 86*

## **Fotoklub:**

Gruppen mødes i Lystrup Folkehus, hver anden fredag i ulige uger 10 -12

*Kontaktperson: Peder H Kristensen: 29 24 23 15*

*eller Karsten Thorlund: 20 28 23 37*

## **Gåtursgruppen og stavgang:**

Gruppen mødes hver tirsdag 10:00, uden for hovedindgangen til Lystrup Folkehus.

*Kontaktperson: Jytte Hjorth 22 98 82 75*

## **Kreativitetsgruppen:**

Gruppen mødes i lokale D i Lystrup Folkehus, hver tirsdag 13:00 til 16:00.

*Kontaktperson: Jytte Hjorth 22 98 82 75*

## **Kvindegruppe 1 - Morgenfruerne:**

*Kontaktperson: Berthe Sørensen, 51 92 27 60.*



# FASTE AKTIVITETER i Folkehuset Lystrup

## Kvindegruppe 2 - Kulturperlerne:

Gruppen mødes den anden tirsdag i hver måned, juli og august undtaget.

*Kontaktperson: Susanne Ryom: 23 29 77 79*

## Lystrupgutterne:

Gruppen mødes i Lystrup Folkehus i lokale B, den første fredag i hver måned 12:00 til spisning eller 12:30, hvis man ikke ønsker at spise med.

*Kontaktperson: Frank Rasmussen 61 78 43 51*

## Sang og Musik på tværs:

Sang og musik på tværs foregår i Cafeen i Lystrup Folkehus, hver anden mandag i ulige uger 14:00 - 16:00.

*Kontaktperson: Inger Pedersen: 25 15 44 28*

*eller Kirsten Møller: 51 29 70 13*

## Selv Træner Fitness:

*Kontaktperson: Fitnessinstruktør: Helga Johansen: 21 93 92 15*

## Strikke Cafe:

Gruppen mødes i Lystrup Folkehus i lokale D, hver mandag fra 14 til 16.

*Kontaktperson: Karen Lindegaard: 24 64 75 40*

## Spil Whist igen:

Man mødes kl. 14:00 hver anden tirsdag i ulige uger i Folkehusets Lystrup lokale C.

*Kontaktperson: Lars Søgaard: 26 51 13 33*

## Trave Gruppen:

Gruppen mødes hver onsdag 10:00, uden for hovedindgangen til Lystrup Folkehus

*Kontaktperson: Vibeke Stendal: 23 67 08 76*







# KONTAKT PERSONER i Folkehuset Lystrup

## Frivilligkonsulent:

Marianne Keiser 24 78 29 10 mak@aarhus.dk

## Brugerrådet Folkehuset Lystrup:

### Formand for rådet:

Lars Søgaaard 26 51 13 33 lars\_susanne@webspeed.dk

### Kasserer:

Hans Gissel 40 14 34 14 hans.gissel@post.tele.dk

### Medlem:

John Nørgaard 30 42 10 75 julivaenget104@yahoo.dk

## Avisen Sønderskovhus Nyt:

Aage Jarl Jensen 20 34 08 94 aagejarl@gmail.com

Bent Rise 29 33 72 87 bentrise@icloud.com

## Besøgstjenesten Koordinatorer:

Ester Bork Sørensen 22 78 65 55

Solvejg Østergaard 23 34 81 53

## Booking bus:

John Berg Olesen 22 94 80 28

Ole Bøgh Vinter 25 15 23 25

## Caféens venner:

Aage Jarl Jensen 20 34 08 94 aagejarl@gmail.com

## Fredagsklub for plejeafd.:

Helga Johansen 21 93 92 15 helgajohs@live.dk

## Gudstjeneste - En onsdag i hver måned:

Tove Johannsen 25 84 31 89 tjohann13@icloud.com

## Lokalebooking:

Heidi Brosbøl heibro@aarhus.dk

## Stolegymnastik for plejeafdeling:

Tove Johannsen 25 84 31 89 tjohann13@icloud.com



# NYTTIGE OPLYSNINGER

## **Telefonlinjen Pleje og Rehabilitering Distrikt Nord (hjemmeplejen)**

Hverdage 08:00-12:00 87 13 13 13

## **Hovednummer til Sundhed & Omsorgslinjen:**

Hverdage 08:00 –12:00 24 59 46 32

Hverdage 10:00-15:00 87 13 16 00

Hjemmeside: aarhus.dk (Sundhed og Omsorg )

## **Administrativ leder Distrikt Nord:**

Trine Holst 22 38 87 59 trihol@aarhus.dk

## **Bolig administration:**

Mandag-onsdag 09:00-12:00

Fredag 09:30-12:00 89 40 66 44

## **Døgnpleje via Brandstation (Akut hjælp):**

Weekend og helligdage

15:00-08:00 86 12 10 21

## **Sundhedsenheder:**

Weekend og helligdage

15:00-08:00 86 76 77 21

## **Forebyggelses Konsulent:**

Lina Engen 87 13 31 63 lin@aarhus.dk

## **Leder Hjemmeplejen:**

Hverdage 08:00-12:00 87 13 29 00 (Hjemmeplejelinjen)

## **Sundhedsklinik Sønderskovhus: (Kun efter aftale)**

Tidsbestilling hverdage 08:00-12:00 24 59 46 32

## **Forstander Plejehjem Sønderskovhus:**

Lone Sperling 41 87 39 84 lones@aarhus.dk

## **Pedel, Teknisk service:**

Klaus Henriksen klhe@aarhus.dk

## **Er du 58 eller derover og på vej ind i en ny livsfase?**

Så kan du lokalt i Lystrup få seniorvejledning med vores lokale vejleder Fritse Zinner på tlf.: 24 27 23 11



# Gudstjenester



## **Nærvær-gudstjeneste i Lystrup Kirke**

Onsdag den 6. november kl. 11:00 v/ Hans Boas

## **Adventssang på Sønderskovhus**

Onsdag den 27. november kl. 10:30 v/ Loa Christensen

## **Gudstjenester på Sønderskovhus**

Tirsdag den 24. december kl. 11:00 v/ Iben Vinther Nordestgaard

Gudstjenesten og sang på Sønderskovhus foregår i lokale D

Julegudstjenesten den 24/12 er i lokale B

Pårørende er meget velkomne til at deltage

*Tove Johannesen 25 84 31 89 tjohann13@icloud.com*

# Bagsiden

## SANG OG MUSIK PÅ TVÆRS



*Kontaktpersoner:*

*Inger Pedersen: 25 15 44 28*

*eller Kirsten Møller: 51 29 70 13*

Mandag den 4. november kl. 14-16:00      uge 45

Mandag den 18. november kl. 14-16:00      uge 47

## SPIL WHIST IGEN—FOLKEHUSET LYSTRUP



Vi spiller tirsdage i ulige uger kl. 14:00 til ca. 16:00