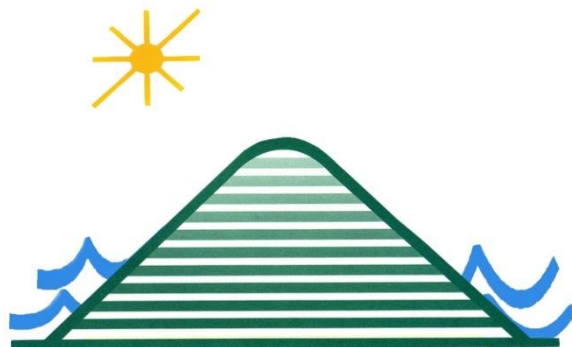


Skjalden

Marts
2025



Folkehuset Hjortshøj

En del af
Sundhed & Omsorg
Aarhus Kommune
Distrikt Nord

Skjaldens redaktion

Birgit Thyregod,
Villy Jensen




Vigtigt: Alle er **velkomne til at komme med indlæg.**

Du kan skrive til e-mail adressen: skjaldenredaktion@live.dk
Skjalden udgives i et samarbejde mellem pensionistforeningen, centerrådet og Folkehuset Hjortshøj.

Deadline altid den 18. - kl. 18.

Læserbreve, artikler eller gode ideer til bladet kan sendes til:

Skjaldens redaktion skjaldenredaktion@live.dk

Skjalden kan også læses på kommunens hjemmeside: Find Folkehuset Hjortshøj, vælg aktiviteter og rul ned til Skjalden. Eller scan QR koden. 



Side	Indholdsfortegnelse
3	Røsten.
4-5	Telefontavle.
6-7	Mandagstræf, Gudstjeneste, Gymnastik, Strikkecafeen, Seniordans.
8-9	Gymnastik, Selvtræning, Søndagskaffe, Fredagsbanko, Lotteri, Puslespil, Mejlby kvindegruppe.
10-11	Nordlyset, Ud af røret, Frivilligbar, Krea, Hjortshøj kvindegruppe.
12-13	Hjortshøj-Egå Egnarkiv, Fælleslæsning for voksne, Årsmøde.
14-15	Musikaften, Kursuskatalog.
16-17	Selvtræner fitness. Guidet fælleslæsning.,
18	Suppeaften,

Røsten



Nu siger vor kalender, at det vil blive forår,
og sådan håber vi bestemt, det også går.
Vi ønsker bare solskin, som vi kan komme ud i,
for forårssolen gir os altid lidt dejlig energi.
De fugle som drog sydpå, da efteråret kom,
de starter nu igen på flyveturen, som
vil føre dem til steder, hvorfra de dengang rejste.
Vi glæder os til fuglesang, fra både dem som blev,
og dem som rejste.

Ruth



Hovednummer, sundhed & omsorg Område Nord eller send en mail til: omraade-nord@mso.aarhus.dk	Telefon 87 13 16 00
---	--------------------------------------

Sådan kontakter du hjemmeplejen

Hjemmeplejens leder	Anders Berg Kloster andbekl@aarhus.dk	29 20 98 42
---------------------	---	-------------

Kontakt leder ved noget ekstraordinært, som kontaktpersonen ikke kan svare på, eller hvis der ved opkald til hjemmeplejens, hovednummer henvises til leder.

Hvis der ikke svares, så læg en besked på telefonsvareren eller send en mail/sms, så bliver du kontaktet hurtigst mulig.

Hjemmeplejens hovednummer hverdage Mellem kl. 8.00–15.00	Hvis du vil melde afbud, ændre i hjemmehjælpen eller har akut brug for hjælp	87 13 13 13
---	--	-------------

Brandstationen på hverdage efter kl. 15.00 og i weekender	Kun akutte henvendelser, der ikke kan vente.	86 12 10 21
---	--	-------------

Sundhedsenheden

Leder	Zenta Kirstejn Johansen zkj@aarhus.dk	40 23 11 23
-------	---	-------------

Sundhedsenheden	Har åben hverdage fra kl. 8 til 12	24 59 46 32
-----------------	------------------------------------	-------------

Sundhedsklinikken har åben efter aftale og findes i stueetagens “lange gang” på Folkehuset Hjortshøj.

Forebyggelses-Konsulent,	Pia Frimand Odgaard pifo@aarhus.dk	41 85 52 85
--------------------------	---	-------------

Sundhed og Omsorgslinien	Har åbent hverdage fra kl. 12 til 15	87 13 16 00
--------------------------	--------------------------------------	-------------

Hos Sundhed og Omsorgslinien kan du få svar på dine spørgsmål vedrørende hjemmehjælp, hjælpemidler, plejebolig, sygepleje og meget mere.

Hjortshøj Plejehjem, afdeling 42, 44 og 46

Forstander	Ida Hanquist idthhni@aarhus.dk	20 16 53 46
Besøgstjenesten (frivillige)	Minna Forchhammer mail: minnaforchhammer@gmail.com	61 46 86 31
	Margit Gadeberg mail; margitgadeberg@gmail.com	28 68 33 81
Folkehuset Hjortshøj		
Folkehusene Nord Herunder Hjortshøj	Administrativ leder Trine Holst trihol@aarhus.dk	22 38 87 59
Frivilligkonsulent	Marianne Keiser mail: mak@aarhus.dk	24 78 29 10
Lokales reservation	Birgitte Jørgensen joebir@aarhus.dk	20 78 19 17
Pedellen	Kim Olesen	29 20 96 88
Café	Hverdage fra kl.7 til 13. Cafeen er lukket lørdag og søn- dag og helligdage	87 13 89 58
Rådsformand (frivillig)	Bodil Balle Gissel	20 46 26 12
Andre nyttige telefonnumre		
Udbetaling Danmark Hovednummer 70 11 12 13	Boligstøtte fra kl.8 man.-ons. kl. 16 - tor. kl. 17 og fred. kl.15	70 12 80 63
	Pension fra kl. 8 man.-ons. kl. 16 - tor. kl. 17 og fred. kl.15	70 12 80 61
Ældrerådet i Aarhus	Mandag fra 12.00 -13.00	86 14 07 47
Telebus	Handicapservice	87 40 83 00
Pensionistforeningen	Formand Jette Knudsen	28 21 43 12
Demenslinjen	Tirsdage kl. 15.00 -16.00	86 78 24 20
Lægevagten Akut sygdom	Mellem kl. 16.00 og 8.00 Egen læge kl.8.00 til16.00	70 11 31 31

**Mandagstræf med støtte fra
Menighedsrådet
Hjortshøj Kirke**

**Fra kl. 13.30 til 15.15 i
Folkehuset Hjortshøj
(30 kr. inkl. kaffe og kage)**

**Mandag d.3/3
Aage Jarl Jensen og Birgitte**

Aage kommer med sin guitar, og Birgitte på harmonika
Og underholder os med fællessang og hygge.

**Mandag d.10/3
Hans Jørgen Hinrup**

Hans Jørgen har i mange år arbejdet som kinaekspert på Statsbiblioteket i Aarhus, i den forbindelse har han gennem mange år rejst i Kina. Han viser billeder, og fortæller om landet, og om sine rejser.

**Mandag d. 17/3
Aase Thomassen ”Jeanne d`arc – heks eller helgen”**

I ord og billeder beskrives Jeanne d`arcs rejse fra barndom til bål. Hun blev kun 19 år, hun døde for sin sag, men hun døde ikke forgæves. Hun blev et symbol, og hun inspirerer

stadig næsten 600 år efter sin død.

**Mandag d. 24/3
Sommersminde kor**

koeret synger en blanding af skønne velkendte sange på dansk og engelsk, og laver også fællessang med os.



Sommersminde kor

**Mandag d. 31/3
Christian Foged ”Sange fra søfolk og boldværksmatroser”**

Sømandssange har altid været meget populære især blandt landkrabber. Christian har samlet en lang række viser som præsenteres krydret med en snak om deres baggrund.

Inge Lisbeth Pia og Britta

Gudstjeneste på Folkehuset Hjortshøj

Den anden torsdag i hver måned er der gudstjeneste på Folkehuset Hjortshøj kl. 14.00.

En gruppe frivillige gør et lokale klar til et hyggeligt gudstjenesterum.

Efter gudstjenesten er der kaffe og kage i caféen.

**Gudstjeneste
torsdag d. 13. marts
ved Vibe Boye Liisberg.**

*Med venlig hilsen
Margit Gadeberg*

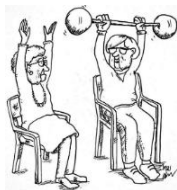


Stolegymnastik

Hver tirsdag kl. 10.15 - 12.00 på Folkehuset Hjortshøj.

Hvis der er nogle spørgsmål, ring da til instruktøren Randi Jakobsen, tlf. 40 79 33 10

*Venlig hilsen
Randi Jakobsen*



Gymnastik i Hårup Hallens kantine

Hver onsdag kl. 15.00 - 16.50
Holdet består af både mænd og kvinder.

*Under ledelse af
Randi Jakobsen
Tlf. 40 79 33 10*

Strikkecafeen

Vi mødes forsat hver tirsdag kl. 13 til strikning, snak og en kop kaffe.

Hilsen strikkepigerne



Seniordans Folkehuset Hjortshøj

Vi danser hver mandag fra kl. 9.30 til 11.30

Har I spørgsmål vedrørende dansen så ring til Birgit på tlf. 28 47 32 57

*Venlig hilsen
Birgit og Villy*



Gymnastik på Folkehuset Hjortshøj

Torsdag kl. 8.45 - 9.40

Mænd og Damer.

Torsdag kl. 9.45 - 10.40

Damegymnastik.

Torsdag kl. 10.45 - 11.40

Damegymnastik.

Ovenstående hold er alle under ledelse af Isaac Ervandian tlf. 40 79 12 28



Selvtrænerområdet i Hjortshøj er åben ma-fr. 7-8 og 15-20 og i weekend 7-20.

Se mere på hjemmesiden

<https://selvtræner-fitnessomradenord.dk/>

Her kan du se, hvor du kan træne.

Det koster kr. 150 + depositum for nøgle kr. 100.



Venlig hilsen

Karl-Heinz tlf. 30 25 93 87

Søndagskaffe

Folkehuset Hjortshøj.

Der er kaffe med kage hver søndag kl. 14.30 til 16.00 i aktivitetssalen.

Prisen er 30 kr.

Alle er velkomne.

Vi glæder os til at se jer.

*På de frivilliges vegne
Med venlig hilsen
Birgit og Villy*



Fredagsbanko kl. 13 Folkehuset Hjortshøj

Hver fredag er der banko kl. 13 i aktivitetssalen.

kun adgang for medlemmer af pensionistforeningen.

Venlig hilsen Inger og Inger



Pensionistforeningen Udtrækning lotteri

Februar 2024	
Følgende numre er udtrukket	
53	300 kr.
32	200 kr.
227	100 kr.
50	100 kr.
55	100 kr.



Puslespil

I cafeen er der et puslespil, som alle er velkommen til at lægge brikker på.

*Med venlig hilsen
Bodil Balle Gissel*



Mejlby Kvindegruppe

Torsdag d. 13. marts kl.14.00
får vi besøg af Jørgen Hansen.

Jørgen vil fortælle om sin barndom i Todbjerg, samt sit voksenliv, som psykolog.

Jørgen er en meget interessant fortæller, så det skal nok blive en god oplevelse at høre ham. Håber på god tilslutning.

**Tirsdag sen 14. april kl.
14.00 skal vi være sammen
med "Nordlys 8530"**

Det foregår i Hårup Hallens kantine, hvis der bliver minimum 20 deltagere i alt **Derfor er det nødvendigt med tilmelding til Kirsten 2343 7635 hurtigst muligt,**

Til denne eftermiddag, sørger vi tovholder for kaffe og kage til alle. Men husk gerne en kop.

Vel mødt.

Vi fem tovholder.

*Else, Kirsten, Conny, Birgit
og Kirsten.*

Nordlyset 8530

Onsdag den 26 februar

kl.10.00 mødes vi i klubhuset. Her får vi besøg af Ulla og Michael, der fortæller om deres rejseoplevelser fra Australien.

Onsdag den 26. marts kl.

10.00 i klubhuset. Jane Damgaard kommer og fortæller om Regnbue Prinsessen "Iris og de fire vinde". En fortælling om klimakrisen fortalt for børn.

Torsdag den 10.april kl.

14.00

Som nævnt i Skjaldens januar nr., får vi besøg af en betjent fra politiets forebyggelsessektion

Det foregår i Hårup Hallens kantine, hvis vi bliver minimum 20 deltagere, **Derfor er det nødvendigt med tilmelding til Elisabeth 2487 3237 hurtigst muligt**, så vi kan aftale de nødvendige detaljer med Tim.

"NORDLYSET 8530" er for kvinder med bopæl i postnummeret 8530.

Vi mødes sidste onsdag i måneden kl. 10 -til ca. 12. i

"klubhuset" (ved fodboldbanerne på Hårup Skole). Der kommer bl.a. lokale foredragsholdere og fortæller om oplevelser, samt der arrangeres ture til forskellige udflugtsmål. (Se nærmere i Skjalden). Der er ingen kontingent eller mødepligt.

Der serveres kaffe/te og brød. Pris 30 kr. pr gang.

*Venlig hilsen tovholderne
Kirsten 2297 8115
Elisabeth 2487 3237*

Ud af røret

Aktiviteter under ud af røret koster samlet kr. 1.050 for en hel sæson (fra sommerferie til sommerferie). Vil du tilmeldes resten af denne sæson koster det selvfølgelig kun kr. 525.

Mvh Birgit og Villy



FRIVILLIGBAR

Vi fortsætter naturligvis med at afholde FRIVILLIGBAR i folkehusene.

Vi mødes på kryds og tværs af folkehusene til uformelt samvær med andre frivillige.

Vi byder på øl/vand/vin og lidt snacks med dip,

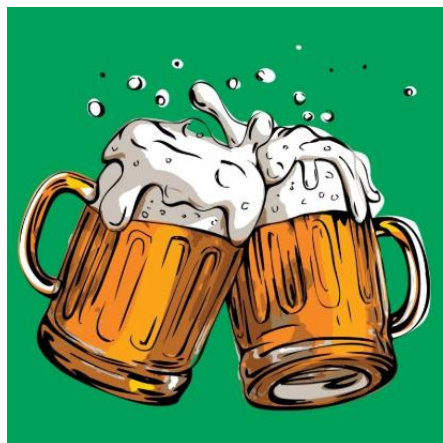
Sæt X i kalenderen

Onsdag d. 9/4 kl. 14-30-16.30
Folkehuset Toftegården,
Sandkåsvej 39

Torsdag d. 22/5 kl.14.30-16.30

Folkehuset Hjortshøj
Hjortshøj Stationsvej 40

Mange hilsner fra
Trine, Ulla, Marianne og Anne



KREA

Kom og vær med til KREA den sidste onsdag i hver måned fra kl. 10 til 12 i Folkehuset Hjortshøj.

Alle er velkommen og møder op uden tilmelding. Vi har gratis frisk kaffe på kanden.

Medbring strikketøj, sytøj, eller andet du er i gang med.

Der vil være mulighed for at få hjælp, hvis du er gået i stå med et projekt.

Tag din nabo eller veninde med, Vi glæder os til at se jer.

Med venlig hilsen

Karin tlf.

21 64 35 23.



Hjortshøj Kvindegruppe

Der er ikke tilgået redaktionen nyt denne måned.

Hjortshøj-Egå-Skæring Egnsarkiv støtteforening.

Vi holder generalforsamling i Skæring Kirke, torsdag den 13.marts kl. 19.00 for medlemmer af støtteforeningen.

Beretningen fra formanden der vil fortælle om det andet år, i vores lokaler i Hjortshøj. Der kommer mange på besøg, og mange henvendelser til os pr. mail, og vi kan give svar til alle. Nogle har givet kontakt til familiemedlemmer, som var fundet via slægtsforskning. Nye billeder og arkivalier er også kommet til.

Efter generalforsamlingen, ca. kl. 20.00 er alle velkommen til at se den nye film om Hjortshøj. Den nye film er optaget i Hjortshøj og omegn. Den viser byens udvikling fra landsby til nu en by med mange aktiviteter for alle, og et kæmpe netværk af fællesskaber i byen.

Der er kaffe og en lille kage til alle.

Så velkommen.

Fortællinger for voksne Folkehuset Hjortshøj

Formiddage med fortælling for voksne.

Træd ind i en verden, hvor ord kommer til live, og historierne føles helt tæt på. Vores dygtige fortæller Birgitte Malmros tager dig med på en rejse gennem fortællinger, der netop ikke læses højt, men fortælles.

**Mandag d. 17. marts
kl. 10.30 - 11.30**

**Mandag d. 7. april
kl. 10.30-11.30**



Gratis entre uden tilmelding



HER KAN DU FÅ INDFLYDELSE

Alle interesserede inviteres til

ÅRSMØDE

I FOLKEHUSET HJORTSHØJ

Onsdag den 5. marts 2025 kl. 19.00 i salen

Vi glæder os til at byde alle velkomne til vores årsmøde 😊
Rådet har bestilt kaffe og kage, og vi ser frem til en god aften.

Program for mødet:

- Velkomst
- Formandens beretning
- Orientering om økonomi v. kassereren
- Råd i Folkehuset i 2025 – vi søger nye kræfter 😊
- Idéer og forslag er velkomne
- Eventuelt

Spørgsmål kan rettes til Bodil Balle Gissel tlf.: 20 46 26 12



FOLKEHUSENE

FÆLLESSKABER OG GODE OPLEVELSER LOKALT

Musikaften i folkehuset Hjortshøj tirsdag den 1. april kl. 19:00



Kom og vær med

Betaling for arrangementet er 80 kr.

Beløbet skal indbetales på **MobilePay 5240LT**

Tilmelding sker til Jette Knudsen på telefon 2821 4312
senest mandag den 24. marts



På bestyrelsens vegne
Pensionistforeningen



Se kursuskataloget som er udsendt
pr. mail til alle frivillige

Kursuskatalog

**FOR FRIVILLIGE
FOLKEHUSENE**
FÆLLESSKABER OG GODE OPLEVELSER LOKALT



Du kan skanne
QR-koden og
komme ind på
hjemmesiden



Idrætsforeningen selvtræner-fitness Område Nord

Det er nu tid til betaling af kontingent for 2025

1. Besøg foreningens hjemmeside:
<https://xn--selvtrner-fitnessomrdenord-ricn.dk/>
2. Eller du kan skanne **QR koden**.
3. Når du kommer ind på siden, ruller du ned til de 3 billeder.
4. Tryk på midterste billede hvorunder der står **jeg er medlem**.
5. Rul igen lidt ned hvor der står: Jeg ønsker at betale kontingent for 2025 kr. 150.
6. Her trykker du på stedet, **hvor du træner**.
7. I feltet skriver du dit telefonnummer og trykker **Tilmeld**.
8. Tryk nu på dit **navn**.
9. Så kommer betalingssiden, hvor du skal bruge dit dankort.
10. Når du er færdig, kommer der en kvittering på skærmen.
11. **Du kan nu træne i hele 2025.**

Betaling af kontingent bør ske inden den 1. marts, ellers vil nøglen blive lukket.

Er der problemer med at få betalt må du gerne ringe 29 84 38 24.

Jeg kan også træffes på Folkehuset Hjortshøj
torsdag den 6. februar mellem kl. 14 og 15

På foreningens vegne
Eli Christensen

Guidet Fælleslæsning

FOLKEHUSET HJORTSHØJ

Har du lyst til at være en del af en læsegruppe, hvor vi deler vores umiddelbare undren eller begejstring, når vi læser en novelle eller et digt sammen for første gang? Sunniva og Ann-Kathrin fra biblioteket guider læsegruppen gennem højtlesning og samtale.

Vi mødes:

Torsdag d. 6. marts kl. 10-11.30

Torsdag d. 24. april kl. 10-11.30

Torsdag d. 15. maj kl. 10-11.30



Tilmelding

sker enten via sms til Ann-Kathrin tlf. 21 76 35 63 eller på mail til anaub@aarhus.dk.

Afbud kan også ske via sms til Ann-Kathrin

AARHUS BIBLIOTEKERNE

Det foregår i mødelokale 1 på Folkehuset Hjortshøj

Suppeaften i salen

På Folkehuset Hjortshøj

Alle er velkomne

Tirsdag d. 25 -3-2025 kl. 17.30-19



Lækker hjemmelavet
Aspargessuppe med kødboller
og friskbagt brød.

Spis så meget du kan!!

Voksne: 70,00 kr.

Børn u/ 12 år: 30,00 kr.

Øl/vand/vin kan købes fra kl. 17.

Tilmelding i caféen senest 14-2-2025 på tlf. 87 13 89 58

Vh. Vibeke - Kirsten og center Rådet

Udlejning af fælleshuset Sensommervej 85:

Ældreboligforeningens fælleshus er velegnet til familiefester, sammenkomster, møder og lignende.

Der er plads til 30 personer. Alt i service forefindes.

Pris pr. dag fra d. 1. januar 2025:

Ældreboligforeningens medlemmer	350 kr.
Andre	650 kr.

Henvendelse til Inge Kristensen

Sensommervej 47, tlf. 27 82 65 48

Husk vi har også **Take Away** i vores cafe:

Tunmoussé u/pynt (6 pers.)	80 kr.
Lasagne (4 pers.)	85 kr.
Skinkestang m. Pikant ost (4 pers.)	80 kr.
Broccolitærte (4 pers.)	70 kr.
Tarteletfyld (ca. 10 stk.)	80 kr.
Frikadeller (10 stk.)	70 kr.
Kringle (6 ”pæne” stk.)	60 kr.
Lagkagebunde	30 kr.
Roulade (10 ”pæne” stk.)	60 kr.



*Nb. Alle menuerne er hjemmelavede og frosne
Vejledning for tilberedning medfølger.*

Nb. Hver dag friskbagte boller fra kl. 9.

Du kan også betale med dankort og MobilePay

Ret til ændringer forbeholdes

Husk! Varm mad udlevering slutter i cafeen kl. 13.

Oversigt over arrangementer

Dato	Tid	Arrangement
3 marts	13.30-15.15	Mandagstræf
5. marts	19.00-?	Årsmøde
10. marts	13.30-15.15	Mandagstræf
17. marts.	13.30-15.15	Mandagstræf
24 marts	13.30-15.15	Mandagstræf
25.marts	17.30-?	Suppeaften
31 marts	13.30-15.15	Mandagstræf
1. april	19.00-?	Musikaften

