



Kultur - & Sundhedscenter

**Havkær**

**CAFÉ HAVKÆR  
ÅBEN FOR ALLE**

**Mosealleen 1-59**

# Havkær - Nyt

Nr. 2. April. – Maj. – Juni. 2024. 20. årgang.

**Kultur- & Sundhedscenter Havkær**  
**Mosealléen 1 - 3, 8381 Tilst**  
**Tlf.: 8713 1600**

**Redaktionen:** Inga Hygum. Ansvarlig  
Egon Axelsen. Billeder.- trykker  
Søren Hygum. Korrektur  
Erik Pors . Korrektur-Trykker.

Sidste indsendelse til næste blad **10. juni 2024** på mail:  
[is.hygum13@gmail.com](mailto:is.hygum13@gmail.com) mærket HavkærNyt.

**Centerråd.**

Søren Hygum. Formand. mail: s.hygum47@Gmail.com

**Værtinde Jane Vestergård:** tlf.: **4185 9436**

Træffes mandag, torsdag og fredag kl. 08.00-15.00

**Reservation af lokaler, Helle Vestergaard** tlf. **4187 2700**

Mail. hbv@aarhus.dk

**Frivilligkonsulent.**

Ulla Bording. [Jbul@aarhus.dk](mailto:Jbul@aarhus.dk) tlf.: **4188 4143**

**Forebyggelseskonsulent:**

Pia Frimand Odgaard mail. pifo@aarhus.dk tlf.: **4185 5285**

**Sundhedsklinikken på Havkær:** tlf.: **8713 4660**

Åben mandag - fredag kl. 8.00 - 15.00

**Der er tidsbestilling på 8713 4660**

**Kontinensklyngen** tlf.: **4185 7321**

**Sundhedsenheden Område Nord:**

**Sygeplejersker/Borgerkonsulenter/Terapeuter**

Hverdage kl. 8.00 - 15.00 på tlf.: **8713 1600**

**Hjemmeplejen Område Nord:**

Hverdage kl. 8.00 - 15.00 på tlf.: **8713 1313**

**Visitationslinjen: Borger der ikke er visiteret**

**til hjælp eller hjælpemidler** tlf.: **8713 1600**

**Administrativ Service— Personlige hjælpemidler:**

Hverdage kl. 8.00 - 15.00 på tlf.: tlf.: **8713 1600**

## Nyt fra Centerrådet

Søren Hygum



Foråret er over os, og hermed er det snart slut med ventetiden på at høre fra Rådmanden, hvad han beslutter vedrørende folkehusenes fremtidige skæbne. Vi har hørt og læst, at Folkehuset -Tilst overlever. Det havde vi nu også forventet ville blive udfaldet på dette noget mærkelige politiske spil.

Sammen med Mandeklubben, har Centerrådet sendt en skrivelse til Udvalget og Rådmanden, om alle vores aktiviteter i huset. Samtidig fremhæver vi borgernes brug af aktiviteterne og arrangementerne. Herunder også det sociale samvær som betyder utrolig meget for os alle.

Rådmandens beslutning om hvilke folkehuse der overlever, hvilke der skal ændres eller nedlægges, bliver bekendtgjort i april måned. Men jeg tror, at vi alle har lært af denne øvelse, at vi ikke skal tage noget for givet, men skal forsøge at ændre politikernes beslutninger.

I sidste nr. af Havkær Nyt eftersøgte vi flere frivillige til de forskellige aktiviteter i huset.

Også i Centerrådet har vi rigtig meget brug for flere frivillige. Vi er i øjeblikket 3 mænd, og efterlyser en eller flere M/K'er til at hjælpe os i rådet, især en sekretær. Og der er brug for frivillige der har gode ideer til aktiviteter, og måske udvikling af de nuværende aktiviteter. Jo flere man er til arbejdet, jo lettere og mere spændende bliver det.

Er det noget for dig, så henvend dig venligst til Søren Hygum, mobil 2361 1065.

# Nyt fra Mandeklubben

## Efter en lang våd vinter

Af Erik Pors

Endelig er det forår, vi har været igennem en usædvanlig regnvåd vinter og sågar snemængder, vi ikke har oplevet i mangfoldige år, men nu lysner det.

Vi har længe i "Kasketkarl" været i gang med vores sædvanlige aktiviteter, lidt nytårskur til vores januar mandagsmøde, så afholdte vi generalforsamling på februar mødet, den blev hurtigt gennemført på 20 minutter uden de store armbevægelser og derefter caféens lækre smørrebrød.

Generalforsamlings oplysninger blev indrapporteret til Unioo og efter en del møje og besvær underskrevet af bestyrelsen og videresendt fra Unioo til Djurslands Bank for godkendelse

Mandag den 4. marts lykkedes det Anton Bentzen, med hjælp fra sin søn Thomas, at lokke Bjarne Langhoff til at underholde os i "Nillers Kælder". Thomas og Bjarne har været venner siden drengeårene, og er det stadig.



Bjarne Langhoff, en lokal Tilstdreng opvokset på Stenkelbjergvej var allerede fra barnsben musikinteressert og ville enten slå på tromme eller være pilot – men han blev altså musiker og behersker adskillige instrumenter og musikgenre.

Han indledte med at fortælle, at det var hans første foredrag, og står det til troende, bestod han til UG med kryds og slange. Bjarne berettede om sit liv og hans gøren og laden, forskellige jobs både musik, musicals, almindelige jobs, hans læreplads hos PL-Radio Hasle, uddannelse på musikkonservatoriet, studieindspilninger, de prominente kunstnere han havde optrådt sammen med så som Stig Rossen med flere.

pludselig en dag på salgs-demonstration i Amerika stod Bjarne ansigt til ansigt med selveste Stevie Wonder, som forhørte sig om, hvad han præsenterede, der gibbede det lidt i Bjarne.



Ind i mellem supplerede han med sang og musik på sit anlæg, når det havde relevans til foredraget. På opfordring sang og spillede Bjarne et "syng med" medley, der spændte over Kim Larsen, Bamse, Shu-bi-dua og flere, afsluttende med Pavarotti.

En fornøjelig formiddag i "Nillers Kælder" med Bjarne Langhoff. En stor tak til Anton for det vellykkede arrangement.

## Har du lyst til at blive frivillig.

Vi har mange frivillige på Havkær, som alle gør et stort stykke arbejde for at borgerne kan deltage i aktiviteter, arrangementer og det daglige liv på Havkær.

Vi har frivillige i cafeen, som hver dag med et smil servicerer alle der kommer.

Vi har tirsdagsvenner, hvor frivillige hver tirsdag eftermiddag, hygger om deltagerne, de synger, hører foredrag og drikker kaffe. En meget populær dag for de ældre.

Spisevenner, der hver tirsdag middag, dækker op og servicerer en gruppe der kommer og spiser dagens ret.

Vi har frivillige instruktører, der hver tirsdag eftermiddag, hjælper ældre der har brug for hjælp til brug af fitnessmaskiner.

Vi har frivillige chauffører, der henter og bringer ældre gangbesværede til stolegymnastik, spisning, fitness, samt kører en tur ud i det blå om torsdagen.

Det er frivillige der laver arrangementer, borddækning og bestiller underholdning.

Men selv om vi er mange, har vi brug for flere, både til faste aktiviteter og som afløsere ved sygdom m.v.

Vi frivillige har det godt med hinanden, det giver fællesskab og vi gør en forskel.

Har du tid og lyst til at være en af os, skal du være meget velkommen, det er frivilligt arbejde, du kan til hver tid stoppe, hvis det ikke lige er dig.

Vi glæder os til at høre fra dig.

Kontakt centerrådet på

Mail. [Centerraadhavkaer@gmail.com](mailto:Centerraadhavkaer@gmail.com).

Eller mød personligt op i folkehuset Tilst.

# Kage-kaffebord på Havkær.

v/Inga Hygum.

Onsdag den 6. marts var der inviteret til stort kage-kaffebord på Havkær. For kr. 50.- var det muligt at smage på de mange lækre kager vores køkken havde lavet, der var alt hvad hjertet kunne begære, og de 80 fremmødte tog for sig af kagerne. Det var en dejlig eftermiddag, med snak og godt humør.

Det skal bemærkes, at Banko havde sponsoreret et beløb, så vi kunne klare det for kr. 50.- pr deltager. Tak for det.



## Besøg Cafe Havkær.

Indtag din middag/frokost i vores hyggelige café.

Havkær har hver dag:

Varm middagsret eller en mindre frokostret.

Salatbar.

Smørrebrød.

Kaffe og kage,



Tag smørrebrød eller varm mad med hjem.

Smørrebrød ud af huset, skal bestilles dagen før på tlf. 2199 6957.


Cafeens åbningstider:

Mandag-torsdag kl. 09.00 – 14.00.

Fredag. kl. 09.00 – 13.00.

Alle er velkommen.





**25% rabat  
på alt til alle  
over 60 år**

Gælder stel,  
glas og tillægsydelse

Synstest  
med  
sundheds-  
tjek 245 kr.

**Louis Nielsen**

Tilst  
Bilka · Tlf. 9632 5054

Bestil synstest på  
[louisnielsen.dk](http://louisnielsen.dk)

# Arrangementer på Havkær.

April -maj - juni. 2024

## Mandag den 8. april kl. 13.30. Banko.

Salg af plader fra 12.45

Pris pr. plade kr. 10,- Der sælges kinesisk lotteri.

Kaffe og kage kr. 30.-

Banko afvikles af frivillige.



## Onsdag den 17. april kl. 14.30 Gudstjeneste.

Der afholdes gudstjeneste i cafeen på Havkær.

Alle er velkommen.

Der er kaffe og kage efter Gudstjenesten.



## Onsdag den 24. april kl. 13.00. Forårsfest.

Kom til en hyggelig forårsfest, med en dejlig Forårs-buffet, efter fulgt af kaffe og småkager.

Charline og Bjerne underholder under maden.

Kom til en hyggelig eftermiddag i godt selskab.

Pris kr. 150.- drikkevarer kan købes.

Billetsalg i cafeen fra 8. april.



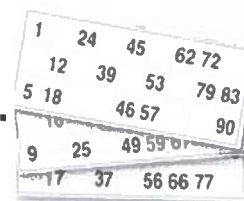
## Mandag den 6. maj. kl. 13.30. Banko.

Salg af plader fra 12.45

Pris pr. plade kr. 10,- Der sælges kinesisk lotteri.

Kaffe og kage kr. 30.-

Banko afvikles af frivillige.



## Onsdag den 15. maj. kl. 14.30 Gudstjeneste.

Der afholdes gudstjeneste i cafeen på Havkær.

Alle er velkommen.

Der er kaffe og kage efter Gudstjenesten.





**Torsdag den 16. maj kl. 16.00 Jazzorkester.**

Vi har igen fået Århus Jazzorkester til at komme til Havkær. Mød Århus Jazzorkester med Duo'en Mads Bærentzen og sangerinde Sofie Næslund.

Vi håber rigtig mange vil komme.

Efter koncerten serveres 2 stk smørrebrød, samt 1øl/vand.

Pris kr. 75,- billetsalg i cafeen fra den 6. maj.

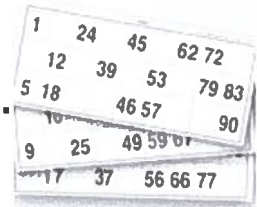
**Mandag den 3. juni. kl. 13.30. Banko.**

Salg af plader fra 12.45

Pris pr. plade kr. 10,- Der sælges kinesisk lotteri.

Kaffe og kage kr. 30.-

Banko afvikles af frivillige.



**Onsdag den 12. juni. kl. 14.30 Gudstjeneste.**

Der afholdes gudstjeneste i cafeen på Havkær.

Alle er velkommen.

Der er kaffe og kage efter Gudstjenesten.



**Søndag den 23. juni kl. 18.00 Sankt Hans.**

Traditionen tro holder vi Sankt Hans på Havkær.

Med bål, båletale og pølser m.m. i cafeen.

Pølser, frikadeller og kartoffelsalat kr. 60.-

Øl, vand, vin, kaffe og kage, kan købes.

Bålet tændes kl. 20.00 , og der synges midsommer-sang. Billetsalg i cafeen fra 10. juni.

Arrangementet afholdes af frivillige, da det er en Søndag. Vi håber at se mange.



# BUSSEN KØRER VIL DU MED

**Busture hver torsdag**

**Kl. 12.30 – 16.00**

**Vi kører en tur og ser,**

**Hvor bussen vil hen**

**Tilmelding:**

**(DU skal selv tilmelde dig**

**fra gang til gang)**

**Værtinde: Jane Vestergård tlf. 41 85 94 36**

**Mail: [jave@aarhus.dk](mailto:jave@aarhus.dk)**



# Klinik For Fodterapi.

Fodbehandling i eget hjem, eller efter aftale.

Statsautoriseret fodterapeut

Pia True

Bronzealdervej 137

8210 Hasle.

Tidsbestilling på tlf. 3027 1430.

Mail adresse. [Pia@mobilfodterapi.dk](mailto:Pia@mobilfodterapi.dk)

Hjemmeside. Mobilfodterapi.dk

Tilskud.

Kommunen ved helbredstillæg.

Danmark til gruppe 1+2

# Havkær Senior Fitness.

## Træningstiderne:

**Mandag – fredag fra kl. 07.00 – 08.45,  
og kl 14.00 – 17.00.**

**Der må kun trænes 1 gang om ugen, i  
ovennævnte træningstider.**

**Der må max være 7 selvtrænere på hvert  
hold.**

## Øvrige tider:

**mandag til fredag fra kl. 17.00 – 22.00**

**Lørdag og søndag fra kl. 07.00 – 22.00.**

**er til fri afbenyttelse til flere træningstider.**

**Det er vigtigt at I skriver jer på ugetavlen  
inden i begynder træningen.**

Med venlig hilsen  
Bestyrelsen

# Kom med og bliv **CAFEFRIVILLIG**

Vi serverer mad  
for glade gæster  
i folkehusets cafe  
en formiddag om ugen

*Vi står et par stykker i cafeen hver gang,  
som også får en frokost sammen*



Hør mere hos Tina og Helle i cafeen eller på tlf. 21 99 69 57 😊

FOLKEHUSENE

Indtag din middag/frokost i vores hyggelige cafe.

Havkær har hver dag:

Varm middagsret

Salatbar

Smørrebrød

Kaffe og kage.

Tag smørrebrød eller varm mad med hjem.

Smørrebrød ud af huset, skal bestilles dagen før  
på tlf. 2199 69 57

Cafeens åbningstider:

Mandag – torsdag kl. 09.00 – 14.00

Fredag 09.00 - 13.00

Alle er velkommen.

# Optik Tilst - din lokale optiker!

Svend og Anette er parat til at give dig top professionel rådgivning! Med over 30 års erfaring indenfor branchen er vi med på det sidste nye, både indenfor briller og kontaktlinser. Vi handler kun med de bedste mærkevarer.



Også på det faglige område er vi helt ajour, både når det gælder synsprøver, men også i rådgivning omkring personlig stil og farvevalg. Kom og prøv de nyeste smarte briller. Du kan parkere lige ved døren!

 **Optik Tilst**

Anelystparken 19, 8381 Tilst, Tlf. 86 24 49 99 • Åbningstider: Man-fre kl. 10.00 - 17.30, Lørdag kl. 10.00 - 13.00

 **KIRKENS  
KORSHÆR**

## Oplev Tilst Genbrugsbutikks store udvalg i:

Tøj | Møbler | Bøger | Glas | Isenkram m.m

Vi modtager gerne pænt brugt tøj og pæne møbler.  
NB: Vi afhenter gerne møbler og kører også møbler ud fra butikken.  
Vi støtter det sociale arbejde i lokalområdet.

Åbningstider: Mandag-fredag kl. 11-17. Lørdag 10-13.  
Genbrugsbutikken i Tilst, Græsvangen 8, tlf. 8624 1711.





Larixvej 4  
8471 Sabro,



tpmautocentrum.dk  
Tlf. 40 91 60 82

## Reparation & Service af alle bilmærker

.....Vi står klar med faglig viden og de bedste produkter til daglig velvære og forkælelse samt receptpligtig medicin.....

Mandag-fredag 9-19, lørdag 9-15.

Kontakts os gerne ved levering med apotekets bud på: 8615 8000

**Tilst Apotek** 

En del af Åbyhøj, Hasle og Bruuns Apotek



# Det sker i Tilst-Kasted Sognegård

## Koncert med ukrainsk duo

Torsdag 4. april kl. 19.00. Mariia Yenieva (sang) og Pavlo Kalvagin (violin). Ledsaget af Marianne Nørholm Villadsen (piano). På programmet er klassisk musik. Gratis entré.

## Valborgaften

Tirsdag 30. april kl. 19.00 er der foredrag med titlen 'Politisk humor' ved Mette Møller. Foredraget ledsages af vin og ost. Billetter á kr. 50,- kan købes på kirkekontoret.

## Onsdagssamvær

Foredrag og/eller en berigende musikalsk oplevelse. Hver anden onsdag kl. 14.00. Der er kaffe og brød/kage i pausen. Hhv. 10. april, 22. april, 8. maj og 22. maj, hvor vi slutter forårssæsonen af med koncert med Toner af Guld. Pris: 35,- kr.

## Sangaftener

Kom og syng med! En gang om måneden hygger vi os med at synge en masse sange, holde kaffepause og synge nogle flere sange. Medbring selv brød til kaffen. Pris: 5,- kr. Vi synger sammen 17. april og 15. maj kl. 19.00.

## Åben Sognegård hver mandag kl. 14.00–16.30

Vi hygger os over en kop kaffe og brød/kage, og nogle af os nørkler. Det er gratis, og du er også velkommen til at deltage!

## Fredagsfamilien

Vi mødes 12. april, 5. maj og 7. juni kl. 18.00. Tilmelding til Ingrid og Harry Hoffmann pr. mail: [hoffmann.tilst@gmail.com](mailto:hoffmann.tilst@gmail.com)

## Mormormad - fællesspisning

14. april kl. 12.00. Tilmelding til kirkekontoret, tlf. 8624 1881. Pris: 60,- kr.

**Kom gerne forbi sognegården og hent programmer for aktiviteter og arrangementer.**

# Aktiviteter på Havkær.

På Havkær har vi mange aktiviteter og tilbud.

Er du interesseret i at høre mere om nedenstående tilbud, kan du ringe til kontaktpersonen herunder og få en snak.

Akvarel	Bente Andreasen	4062 9751
Bridge	Erik Christiansen	8624 1617
Busgruppen	Værtinden Jane	4185 9436
Gudstjenester	Jytte Withen	4034 2574
Afspæn.gym.FO	Anne Marie Hjorth	6077 1446
Håndarbejde	Lena Mikkelsen	3029 4263
Senior Fitness	Evald Vesterbæk	2067 2905
Krolf og Billard	Erik Pors	2979 0197
Mandeklubben	Hans Thomassen	2062 3313
PC Undervisning	Jan Mikkelsen	5193 0377
Pilates FO	Tine Christensen	2194 5660
Maskinsyning	Else Blenstrup	5131 1969
Stavgang	Ingerlise Kejser	2013 0696
Stolegym. FO	Anne Marie Hjorth	6077 1446
Stoleyoga FO	Dorthe Eiler	2883 6618
Havkær Nyt	Inga Hygum	2361 1066
Tirsdagsvenner	Inge-Lise Bentzen	2834 7284
Yoga FO	Miles Ratledge	5189 0032
Banko	Egon Axelsen	4150 1892
Slægtsforskning	Jens O Jørgensen	4060 6203
Petanq	Dieter Delling	Tirsdag 10.30
Spisegruppen	Johnny Sørensen	2244 8581
Centerrådet	Søren Hygum	2361 1065
Kol netværk.	Kirstine Pedersen	2651 6027

# **Boligstøtte, folkepension og førtidspension.**

Ansøgninger og spørgsmål om ydelser skal rettes til

**Udbetaling Danmark** via borger.dk

[www.borger.dk/boligstoette](http://www.borger.dk/boligstoette)

[www.borger.dk/folkepension](http://www.borger.dk/folkepension)

[www.borger.dk/foertidspension](http://www.borger.dk/foertidspension)

eller pr. telefon

Boligstøtte – tlf.nr.: 70 12 80 63

Folkepension/førtidspension tlf.nr.: 70 12 80 61

Har man ikke mulighed for at ringe eller for at betjene sig selv på nettet, kan Borgerservice Dokk1 kontaktes ved fysisk fremmøde, når det gælder folkepension og boligstøtte. Gælder det førtidspension skal ydelsescen-tret kontaktes.

## **Hørekonsulent**

Audiologisk klinik Peter Sabroes gade

Bygning 14 F. tlf. 7846 3109

Tlf. mandag-torsdag fra kl. 09.00-12.00

Eller

Ewald Krogsgade 11 D tlf. 7873 4628

Tlf. 08.30 – 0930 mandag-torsdag

Fredag 09.00 – 10.00