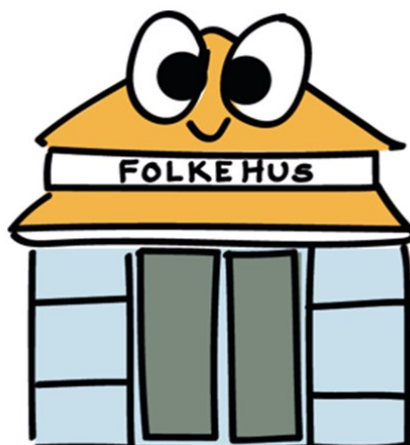


Faste aktiviteter i

Folkehuset Lystrup

Distrikt Nord

Rev.1 01.04.2024



Folkehuset Lystrup summer af aktiviteter og frivilligt arbejde

Her er en oversigt over de frivillige grupper på Folkehuset

Der er helt sikkert også plads til dig, også hvis du har interesse i at starte en helt ny aktivitet

FRIVILLIGE GRUPPER

Et lokalt mødested for alle





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:

En gruppe, der er åben for både mænd og kvinder, uanset om de har erfaring med at male eller ej. Der er ingen formel undervisere, men flere af deltagerne har en del erfaring med at male. Nogle maler efter fri fantasi, mens andre maler efter billeder eller andet. Hver session starter med en sang og man nyder sammen en kop kaffe i løbet af formiddagen. Gruppen har et aflåst skab i lokale D, så man behøver ikke tage alle sine ting hjem hver gang.

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

Kontaktperson: Elsebeth Bach: 23 32 16 53

Bobspil:

Det er for både mænd og kvinder, hvor man mødes og spiller bob. Man fordeler 4 ved hvert bord, der er ikke nogle faste pladser.

10:30 drikkes der kaffe og 11:30 spiser dem, der har lyst, sammen i cafeen.

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

Kontaktperson: Karina Staal: 61 78 81 40

eller Betty Møller: 51 20 75 40

Damefrokost:

Damefrokosten er en skøn uforpligtende tradition, der afholdes en gang om måneden i Folkehuset Lystrup. Her står Cafeen for maden, som for tiden koster 80 kr. pr. person, eksklusiv drikkevarer.

Formålet med frokosten er at skabe hyggelige stunder sammen, hvor man kan synge sange og dele minder med gamle venner. Det er også meget velkommen at tage en nabo eller bekendt med til frokosten. Arrangementet er utrolig populært, og der er til tider op til 60 tilmeldte. Det er fantastisk at se, hvordan sådanne fællesskaber kan samle folk. Damefrokosten finder sted den sidste tirsdag i hver måned, kl. 12, i Folkehusets Cafe.



FASTE AKTIVITETER i Folkehuset Lystrup

Tilmelding til Damefrokosten sker ved, at skrive sig på en seddel, som bliver opslået på opslagstavlen udenfor Cafeen.

Vi er i øjeblikket 4 frivillige tovholdere, og vi modtager stadig mange positive tilbagemeldinger.

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:

En gruppe for alle, nybegynder såvel som erfarne, med interesse for fotokunst. Gruppen mødes og diskuterer forskellige temaer, mens de giver konstruktiv kritik af hinandens billeder. De forskellige temaer kan fx. være "Min by", "Juleglimt", "Jeg holder af" mv.

Klubben har følgende hjemmeside: "Fotoklubben-sonderskovhus.dk"

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

Gåturgruppen og Stavgang:

Består af en gruppe mænd og kvinder, som mødes og bliver enig om hvilken tur man skal gå i dag. Typisk går man ca. en lille time, der bliver ikke gået stærkere end at alle kan følge med. Man ender igen ved Lystrup Folkehus, hvor der slutes af med en vand eller en kop kaffe i Folkehusets Cafe.

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

Kontaktperson: Jytte Hjort 22 98 82 75

Kreativitetsgruppen:

Er en gruppe, hvor man mødes for at udforske ens kreative side og måske lære nye færdigheder. Gruppen er en blanding af mænd og kvinder i alle aldre, de arbejder fx med at strikke, hækle, lave fluebinding, male osv. Der er ikke en egentlig underviser tilknyttet gruppen, dvs. man hjælper hinanden og flere har ting med hjemmefra, som de endnu ikke er blevet færdige med.



FASTE AKTIVITETER i Folkehuset Lystrup

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

Kontaktperson: Jytte Hjort 22 98 82 75

Kvindegruppe 1 - Morgenfruerne:

Vi startede i 2015 på opfordring fra Marianne Keiser og Dorthe Hvid Johannesen, Århus Kommune, for at forebygge ensomhed blandt ældre. Vi er 19 kvinder mellem 70 og 93 år, som mødes hver 14 dag året rundt. Hver anden gang mødes vi på Folkehuset Lystrup og hver anden gang tager vi på tur .

2 gange årligt holder vi fest på Sønderskovhus. Sommer og Jul. Og desuden bestiller vi tit " madpakker" og kaffe til vores ture, i Caféen . Vi har f.eks. været på Tunø, Silkeborg Papirfabrik, Midtjyllands Kunstcenter, Viborg Domkirke osv. osv.

Vi benytter os af Busserne fra Folkehusene og de frivillige chauffører.

Kontaktperson: Berthe Sørensen, 51 92 27 60.

Kvindegruppe 2 - Kulturperlerne:

Vi er en gruppe kvinder 60+ alle bosiddende i Lystrup, der mødes 1 gang om måneden (undtaget juli og august).

Mindst 3 gange om året mødes vi på Folkehuset til frokost med efterfølgende bankospil, foredrag eller blot hyggeligt samvær.

Vi har også rigtig mange ture ud af huset, der kan nævnes:

Guidet tur med hjemløs, rundtur om Engsøen med madkurv, rundvisning på Aarhus Teater, Musikhuset, Domkirken, Vor frue kirke, Danmarks Radio, virksomhedsbesøg, museums besøg o.s.v.....

Vi benytter os af Folkehusets busser, når turen går ud i det ganske land. Gruppen mødes i Lystrup Folkehus den anden tirsdag i hver måned, juli og august undtaget.

Kontaktperson: Susanne Ryom: 23 29 77 79

Lystrupgutterne:

En forening for ældre mænd, som bor i Lystrup. Vi mødes en gang om måneden til spisning og hyggelig samvær. Foruden det månedlige møde, bliver der hver måned også afholdt en aktivitet, som kan være et museumsbesøg, et foredrag, en tur rundt om Engsøen, en udstilling, en sejltur,



FASTE AKTIVITETER i Folkehuset Lystrup

virksomhedsbesøg mv. Det er foreningens medlemmer der kommer med forslag til aktiviteterne. Hvis det er udenbys aktivitet, kører vi som regel samlet i Folkehusets busser.

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:

For tiden står John for musikken, som er klaver og sang. Man møder bare op, der er ingen tilmelding. Der bliver delt sangbøger ud og hvert bord får efter tur lov til at foreslå en sang, som så synges. Efter 45 min. bliver der serveret kaffe med kage og det hele slutter 16:00. For tiden koster det 25 kr. pr gang inkl. kaffe og kage.

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:

Et selv træningscenter for alle +60 seniorer i Lystrup. Centeret er indrettet med fitnessmaskiner, der kan hjælpe dig til at træne forskellige muskelgrupper og forbedre din kondition. For tiden koster det 100 kr for at få en nøglebrik og derefter et kontingent på 150 kr for et år.

Træningen foregår i Fitness Centeret i Lystrup Folkehus.

Efter man har fået en grundig instruktion af fitnessinstruktøren, kan man selv træne alle 7 dage om ugen mellem kl 7 og kl 20 (dog skal man planlægge sine træningstider via et booking system).

Kontaktperson: Fitnessinstruktør: Helga Johansen: 21 93 92 15

Strikke Cafe:

Hvor man mødes for at strikke, hækle, lave broderi osv.

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

Kontaktperson: Karen Lindegaard: 24 64 75 40



FASTE AKTIVITETER i Folkehuset Lystrup

Spil Whist igen:

Gruppen er både for mænd og kvinder.

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

Der spilles almindelig whist i ca. to timer.

Kontaktperson: Lars Søgaard: 26 51 13 33

Trave Gruppen:

En aktivitetsgruppe for både kvinder og mænd i alle aldre, hvor der kræves, at man kan gå i moderat tempo. Det er ingen tilmelding, man møder bare op. Hvis man er i kørestol, kræves det, at man har en hjælper med. Når man mødes aftales en rute, som tager ca. en time, efter traveturen drikkes der kaffe i Folkehusets Cafe.

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:

Lars Søgaard 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



KONTAKT PERSONER i Folkehuset Lystrup

Besøgstjenesten Koordinatorer:

Ester Bork Sørensen 22 78 65 55
Solvejg Østergaard 23 34 81 53

Busbooking:

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 tjohann@webspeed.dk

Lokalebooking:

Heidi Brosbøl heibro@aarhus.dk

Spil og træning:

Karna Staal 61 78 81 40
Betty Møller 51 20 75 40

Stolegymnastik for plejeafdeling:

Tove Johansen 25 84 31 89

NYTTIGE OPLYSNINGER

Hovednummer til Sundhed & Omsorgslinjen:

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



NYTTIGE OPLYSNINGER

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

Forebyggelses Konsulent:

Lina Engen 87 13 31 63 lin@aarhus.dk

Leder Hjemmeplejen:

Anja Dissing

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

Sundhedsklinik Sønderskovhus:

Hverdage 08:00-12:00 (Kun efter aftale)

Husk tidsbestilling på tlf. 24 59 46 32

Forstander Plejehjem Sønderskovhus:

Lone Sperling 41 87 39 84 lones@aarhus.dk

Pedel, Teknisk service:

Klaus Henriksen klhe@aarhus.dk

Sønderskovhus køkken og café:

Hverdage 07:00-13:00 87 13 89 55

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

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

