

Skjalden

Maj
2025



Folkehuset Hjortshøj

En del af
Sundhed & Omsorg
Aarhus Kommune
Distrikt Nord

Skjaldens redaktion

Birgit Thyregod
Villy Jensen
Marianne Bach



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	Gudstjeneste, Gymnastik, Strikkecafeen, Selvtræning, Lotteri,
8-9	Søndagskaffe, Fredagsbanko, Puslespil, Krolf, Mejlby kvindegruppe.
10-11	Nordlyset, Hjortshøj kvindegruppe, Hjortshøj Seniororkester, Nyt ansigt i Folkehuset Hjortshøj. Frivilligbar,
12-13	Krea, Nyt fra redaktionen, Hjortshøj Centerråd, Opråb fra Pensionistforeningen.
14-15	Tøjsalg, Bustur til Bisonfarmen og Kongsdals Have.
16-17	Guidet fælleslæsning, Gemt ikke glemt.
18-19	Den bedste rabarbertærte, Telefonnumre på Pleje og Rehabiliterings teams.

Røsten



Vi har nu sidste måned, som vi kalder forår.
Så kommer sommer – tiden hurtigt går.
Alt i naturen er klædt på til sommerfejring,
så håber vi, vi dertil får lidt ”solbelejring”.
Og hvis du så vil ud og se på store okser,
og også se hvor meget smukt, der i en have vokser,
så kan du kom på tur med bus til begge steder,
og bustur er en dejlig hyggespreder.

Ruth



Hovednummer, sundhed & omsorg Område Nord eller send en mail til: <u>omraade-nord@mso.aarhus.dk</u>		Telefon 87 13 16 00
Pleje og Rehabilitering team Hjortshøj (P&R team Hjortshøj) Hjortshøj Stationsvej 40. mail: admpr@mso.aarhus.dk		
P&R Team leder (Hjemmeplejen)	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.		
Borgertelefonen hverdage mellem kl. 8.00–12.00	Hvis du vil melde afbud, ændre i hjemmehjælpen eller har akut brug for hjælp.	Se side 19
Døgntelefon efter kl. 15.00 og i weeken- der og helligdage	Kun akutte henvendelser, der ikke kan vente.	86 12 10 21
Sundhed og Omsorgslinien	Har åbent hverdage fra kl. 12 til 15	87 13 16 00
Sundhedsenheden		
Leder	Zenta Kirstejn Johansen zkj@aarhus.dk	40 23 11 23
Sundhedsenheden	Har åbent 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
Lokalereservation	Birgitte Jørgensen jobir@aarhus.dk	20 78 19 17
Pedellen	Sean M ^c Nally	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)**

Mandagstræf holder sommerferie. Vi vender tilbage med program orientering, når vi starter op igen til september.

Vi ønsker alle en god sommer.

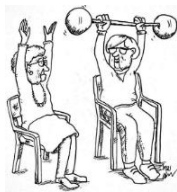
Inge Lisbeth Pia og Britta

Stolegymnastik

Hver tirsdag kl. 10.15 - 12.00
på Folkehuset Hjortshøj.

Hvis der er nogle spørgsmål,
ring da til instruktøren Randi
Jakobsen, tlf. 4079 3310

*Venlig hilsen
Randi Jakobsen*



Strikkecafeen

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

Hilsen strikkepigerne



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. 8. maj
ved Morten Skovsted.**

*Med venlig hilsen
Margit Gadeberg*



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. 4079 330*

Seniordans Folkehuset Hjortshøj

Seniordans holder
sommerferie.

Vi vender tilbage med
opstartsdatoen efter
sommerferien.

Alle ønskes en god sommer.

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 un-
der ledelse af Isaac Ervandian
tlf. 4079 1228



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

Se mere på hjemmesiden
[https://selvtræner-fitnessområ-
denord.dk/](https://selvtræner-fitnessområ-
denord.dk/)

Her kan du se, hvor du kan
træne.

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



Venlig hilsen
Karl-Heinz tlf. 3025 9387

Pensionistforeningen Udtrækning lotteri

April 2024	
Følgende numre er udtrukket	
52	300 kr.
129	200 kr.
110	100 kr.
174	100 kr.
200	100 kr.



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.

**Vi ønsker velkommen til 4
nye værter:**

**Åse Heislund, Lona Voldby,
Peter Mikkelsen
og Mie (Inge Marie Jensen).**

De vil indtil sommerferien
være fordelt på holdene, så hå-
ber vi, at vi efter sommerferien
kan få dannet mindst et hold
mere end vi har i dag.

*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.

**Der afholdes ikke
BANKO følgende datoer:
2., 23. og 30. maj 2025
pga. ferie**

Venlig hilsen Inger og Inger



Puslespil

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

*Med venlig hilsen
Bodil Balle Gissel*



KROLF

Igen i år håber vi på godt vejr i krolf sæsonen



Hvis det ikke regner, mødes vi på plænen

foran Folkehuset den første torsdag formiddag i maj.

d.v.s. den 1. Maj kl. 10

Alle er velkomne, der kræves ingen andre forudsætninger end lysten til stille og roligt at bevæge sig rundt på banen, og hygge sig med de andre spillere, mens vi prøver at skyde bolden i hul.

*Med venlig
hilsen
Britta*



Mejlby Kvindegruppe

Håber at alle har haft en god påske, og ligeledes nydt det gode vejr, vi har haft i april.

Klubbens næste sammenkomst foregår som vanligt i Spejderhuset.

Torsdag d. 8. Maj, kl. 14.00.

I skrivende stund, arbejdes der på at få endelig aftale med en foredragsholder.

Torsdag d. 12. juni mødes vi sidste gang, inden sommerferien. Her samles vi til en god frokost.

Vel mødt.

Vi fem tovholder.

Birgit, Kirsten, Else, Conny og Kirsten.



Nordlyset 8530

Onsdag den 30. april.

Vi besøger "Gartnergården Djurs". Afgang fra rundkørslen ved Hårup Skole (Delfivej) kl. 10.00. Vi finder ud af fælles kørsel.

Onsdag den 28. maj

Tager "Nordlyset" en tur til DokkX og hører om mulige hjælpemidler i dagligdagen. Vi kan bestille en bus via Folkehuset til 8 personer. Pris 36 kr. tur/retur pr. person. Ellers kan man selv vælge at tage bus 12. Der kræves tilmelding til busturen til Elisabeth tlf. 2487 3237 senest onsdag 21. maj.

*Venlig Hilsen Tovholderne
Kirsten 2297 8115
Elisabeth 2487 3237*

Hjortshøj Kvindegruppe

STOR TAK til Centerrådet for jeres donation til os.

*Mange venlige hilsner
Hjortshøj kvindegruppe*

Hjortshøj Seniororkester

Inviterer til fredagsmatiné den 9. maj kl. 11.00 i Hjortshøj Sognehus.

Gratis entré, alle er velkomne.

Spiller du selv et instrument, og har du lyst til at spille sammen med os i Hjortshøj Seniororkester, da kontakt dirigenten Poul efter koncerten.

*Venlig hilsen
Seniororkesteret*



Nyt ansigt i Folkehuset Hjortshøj

Mit navn er Maria Brinks Ari-anfar. Jeg er journalist og kulturmedarbejder og er så heldig at være i huset sammen med jer hver tirsdag og onsdag.

Jeg er gift og bor på Mols. Jeg skal sætte gang i husets Facebook profil og være tovholder på nogen af aktiviteterne. Jeg er blandt andet god til at tage billeder til sociale medier, men

det kræver et lille smil fra jer.

Jeg prøver selv at lære huset at kende og borgerne, der bruger cafeen, men har også brug for jeres hjælp til det.

I er meget velkommen til at tage fat i mig, hvis I har spørgsmål eller hvis jeg kan hjælpe jer med noget. Glæder mig at møde jer alle løbende.

Bedste hilsner

Maria Brinks Arianfar

Kultur/aktivitets Medarbejder

Civilsamfund & samskabelse

Folkehusene i Nord

Mobil : 2968 5779

Email: mabra@aarhus.dk




FOLKEHUSENE
FÆLLESSKABER OG GODE OPLEVELSER LOKALT

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

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.

2164 3523.



Nyt fra redaktionen

Da vi har ændret arbejdsfordelingen i redaktionen, har vi brug for mere tid.

Udgivelsen inden den først i den nye måned vil derfor fremover være at betragte som rettidigt

Venlig hilsen

Redaktionen

Hjortshøj Centerråd

Sommerudflugt.

Vi efterspurgte på vores tur til Humlemagasinet i 2024 om der var ønsket til udflugt i 2025.

Der var forskellige forslag, og turen faldt så på Hjerl Hede.

Vi vil sikre os, at adgangsforhold er tilgængelig for alle, der har lyst til at tage med.

Turen bliver i første halvdel af juli måned,

Vi vender tilbage med yderligere oplysninger om dato for turen.

Centerrådet ønsker alle en god sommer.

Med venlig hilsen

Bodil Balle Gissel

Mejlbyvej 301. 8530 Hjortshøj

Mob: 20 46 26 12

[Mail:bodilballegisel@gmail.com](mailto:Bodilballegisel@gmail.com)





Opråb fra

Todbjerg, Mejlbj og Hjortshøj Pensionistforening

Hej alle pensionister i Hjortshøj og omegn.

Mit navn er Niels S. Carlsen, og jeg er bestyrelsesmedlem i pensionistforeningen.

Vi havde tirsdag d. 1. april underholdning af Lidt God Musik, bestående af Anni, Eigil og Merete. Det var rigtig god underholdning, og de der var til stede, blev også inddraget i underholdningen. Vi synes blot at der var for få tilmeldte. Hvad er grunden til dette? Er det for dyrt eller er ét arrangement om måneden for meget?

Vi i bestyrelsen laver et kæmpe stykke frivilligt arbejde for at tilgodese jer med forskellige aktiviteter.

Vi vil gerne høre jeres mening. Vi er mange om fredagen til bankospil, så kom og giv jeres mening om dette indlæg til kende. På forhånd tak.

***Med venlig hilsen,
bestyrelsesmedlem
Niels S. Carlsen***

POP UP BUTIK

KUN ÉN DAG

STR.
36-56

ALLE ER VELKOMMEN



BRANDEX // SUNDAY // SIGNATURE // SKOVHUUS // SARA LOUISE // C-RO BUKS M.M.

Hjortshøj Folkehus

Onsdag d. 7. maj

Kl. 10.00 – 12.00

SMARTEX

Telefonnr. 28 97 59 37
E-mail: smartex@smartex.dk
Webshop: www.smartex.dk





Pensionistforeningen
arrangerer spændende
bustur til



Praktiske oplysninger

- **Afgang fra Hjortshøj lokalcenter den 28. maj kl. 07.00**

I prisen er inkluderet følgende:

- Bustransport
- Kaffe og rundstykker
- Guidet rundtur på Bisonfarmen
- Bison bøf med tilbehør
- Entré til Kongdals Have
- Kaffe og kage ved bussen



Kom og vær med

Betaling for arrangementet er 795 kr. beløbet skal indbetales på **MobilePay 2025VD** og tilmelding sker til. Jette Knudsen på telefon 2821 4312 senest torsdag den 22. maj

**Der ligger brochurer på Folkehuset Hjortshøj,
som fortæller meget mere om busturen**

PBV Pensionistforeningen

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. 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

Todbjerg-Mejlby Egnarkiv og Todbjerg-Mejlby Lokalhistoriske Forening

Kære medlemmer

Det er forår, og det er tid til endnu en udsendelse med forskelligt materiale til medlemskredsen:

- Invitation til Egnarkivets 51 års fødselsdag **tirsdag, den 20. maj 2025**, hvor vi igen holder ”åbent hus” fra kl. 15.00 til kl. 21.00.
- Et referat fra generalforsamlingen 2025 i Hårup, hvor der var mødt ca. 40 personer frem.

Information:

Seneste udgave af Arkivets årshæfte kan købes hos Min Købmand i Mejlby og ældre udgaver ved henvendelse til Arkivet. Det kan ske i Arkivets åbningstid, som er **1. tirsdag i måneden kl. 10-12 og 3. tirsdag i måneden kl. 19-21**. De kan også købes ved henvendelse til et bestyrelsesmedlem eller via Arkivets mail

tmegnsarkiv@mail.dk.

Der er også fastsat en dato for årets ”byvandring” i Lille Todbjerg: torsdag den 14. august 2025 kl. 19.00, så reserver bare dagen.

Vi er i gang med planlægningen, og der vil senere blive udsendt information med flere oplysninger om mødested mv.

Med venlig hilsen

Egnarkivet og Lokalhistorisk Forening

Den bedste rabarbertærte

Nem kage med rabarber, som er klar på i alt 45 min. Enkel, nem og lækker! Skøn bund med saftigt fyld af rabarber.

Forb.tid: 15 minutter,

Tilb. tid: 30 minutter

Samlet tid: 45 minutter

Til 8 Personer

Ingredienser:

- 3 stk. æg
- 200 gram sukker
- 2 tsk. god vanillesukker
- 140 gram hvedemel
- 125 gram smeltet smør

Fyld:

- 5-6 stængler rabarber
- ca. 2 spsk. perlesukker eller alm. sukker

Sådan gør du:

1. Tænd ovnen på 200 grader alm over-undervarme- dvs. ikke varmluft.
2. Pisk æg med sukker til en luftig masse,
3. Kom mel, vanillesukker og smeltet smør ned i æggemassen og pisk sammen.
4. Smør et tærtefad (på ca. 30 cm i diameter) med blødt smør og kom dejen i fadet.
5. Skyl rabarber og skær i mindre stykker. Fordel over dejen. Drys evt. med et par spiseskefulde perlesukker, eller almindelig sukker.
6. Bag i midten af ovnen i ca. 30 min. til bunden er let fast.
7. Server med enten en klat kold creme fraiche eller flødeskum.



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

Pleje og rehabiliterings teams i Skjaldens udgivelsesområde

Hvis du vil melde afbud, ændre i hjemmehjælpen eller har akut brug for hjælp, kan du ringe på borgertelefonen til en af nedenstående numre mellem kl. 8.00 og 12.00.

Området hvor Skjalden udkommer er opdelt i flere teams:

Hjortshøjtlf. 4185 7734

Skødstruptlf. 4185 7772

Trige tlf. 4185 8801

Hvis du ikke ved hvilket team du tilhører, kan du spørge hjemmehjælpen eller gå på hjemmesiden www.aarhus.dk/msokontakt her kan indtaste din adresse, så får du vist hvilken teams du tilhører,

Du kan også skanne QR-koden.



Oversigt over arrangementer

Dato	Tid	Arrangement
1. maj	10.00-?	Krolf sæson starter op
7. maj	10.00-12.00	Tøjsalg Folkehuset Hjortshøj
8. maj	14.00-?	Gudstjeneste
9. maj	11.00-?	Hjortshøj Seniororkester i Hjortshøj Sognehus (gratis entre)
18. maj	7.00-?	Pensionistforenings udflugt
22. maj	14.30-16.30	Fredagsbar Folkehuset Hjortshøj

