

Skjalden

September
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, Hjortshøj Stationsvej 40, 8530 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, Stolegymnastik, Strikkecafeen, Gudstjeneste, Gymnastik, og Seniordans.
8-9	Lotteri, Selvtræning, Søndagskaffe, Fredagsbanko, Besøgstjenesten, Dart og Seniororkesteret.
10-11	Bowlingklubben, Nordlyset, Krolf, og Centerrådet.
12-13	Rollatortræf, Mejlby kvindegruppe, Skulpturen er gåsen "Gerd", Frivillig konsulent Marianne Keiser, og Goddag og farvel.
14-15	Ud af røret og Pensionistforeningen.
16-17	Kunststudstillen Ulla Håll og Virup IF.
18	Frivillige søges

Røsten



Vi starter nu på efterår,
men håber vi dog stadig lidt eftersommer får.
Vi ønsker dage med lidt dejlig sol og lune vinde.
De lange lyse aftener gemmes nu som dejligt minde.
Dog skulle der nu komme dage med lidt skidt vejr,
så har du Folkehuset dejlig tæt ved,
der kan du finde mangel god aktivitet,
og du kan også høre, hvad der sidst er set og sket.

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	Se side 19
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 minnaforchhammer@gmail.com	61 46 86 31
	Margit Gadeberg 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 joebir@aarhus.dk	20 78 19 17
Pedellen	Sean McNally Åben man.-tors. kl.7.00-15.00 fredag kl. 7.00-12.00	29 20 96 88
Café	Hverdage fra kl.7 til 13. Cafeen er lukket lørdag og søndag 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 er tilbage efter
sommerferien.**

Mandag d. 15/9

Kurt Frimodt

”Bent Fabricius Bjerre”

Vi hylder Bent Fabricius-Bjerre og hans musik. Kurt spilleren stor buket af Bents sange, og publikum får mulighed for at synge med på dem. Det bliver en dag fyldt med humor og underholdning.

Mandag d. 22/9

Poul Beck

og Hinneruporkestret

Vi får besøg af vores husorkester med Poul Beck som Orkesterleder.

Mandag d. 29/9

Lotte Printz

”Historien om kolonihaven”

Er det et liv i sus og dus, som i mormors kolonihavehus?
Eller op ad bakke som i
” Balladen om kolonihaven”?
Historien om kolonihaven er i hvert fald en farverig

fortælling – fuld af kontraster. Vi ”åbner havelågen” og mærker historiens vingesus-og nogle af de nye vinde som blæser.

Inge Lisbeth Pia og Britta

Stolegymnastik

Hver tirsdag kl. 10.15 - 12.00
på Folkehuset Hjortshøj.

**Opstart efter sommerferien
den 19. august.**

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 den. 11. september
v/ Morten Skovsted**

*Med venlig hilsen
Margit Gadeberg*



Gymnastik i Håruphallens kantine

Hver onsdag kl. 15.00 - 16.50.

**Opstart efter sommerferien
den 20. august.**

Holdet består af både mænd og kvinder.

*Under ledelse af
Randi Jakobsen
Tlf. 4079 330*

Seniordans Folkehuset Hjortshøj

**15. september starter vi på
en ny sæson fra kl.9.30**

til kl. 11.20

Alle er velkomne

*Venlig hilsen
Birgit og Villy*



Gymnastik i 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*



Pensionistforeningen Udtrækning lotteri

August 2025

Følgende numre er udtrukket

157	300 kr.
198	200 kr.
67	100 kr.
350	100 kr.
145	100 kr.



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

Se mere på hjemmesiden

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

Her kan du se, hvor du kan træne.

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



Venlig hilsen
Bestyrelsen

Søndagskaffe

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 er nu 5 hold frivillige, hvor
vi tidligere var 4 hold. Vi siger
velkommen til de nye.

*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



Besøgstjenesten Hjortshøj Kirke

Alle har brug for en ven, og besøgstjenesten kan være guld værd for dem, som har brug for socialt samvær, et besøg, en snak og et lyttende øre. Det er ofte til stor glæde og udbytte for både besøgsvært og besøgsven



Ring meget gerne, hvis du har lyst til at høre lidt mere om besøgstjenesten – enten fordi du gerne vil have besøg eller fordi du har lyst til at blive besøgsven.

Minna Forchhammer:
tlf. 6146 8631 eller mail:
minnaforchhammer@gmail.com

Margit Gadeberg:
tlf. 2868 3381 eller mail:
margitgadeberg@gmail.com



Dart

Dart træning; i salen, Hjortshøj Folkehus

Hver mandag og torsdag fra 19.30 til 21.45

Ingen tilmelding, alle er velkommen

Kontaktperson: Jan Pedersen.
Tlf: 42 20 71 63

*Med venlig hilsen
Bodil Balle Gissel*



Hjortshøj Seniororkester



Den 12. september kl. 11.00
giver vi en lille koncert i
Hjortshøj Sognegård.
Alle er velkomne.

*Med venlig hilsen
Marianne Bach*

Nyt fra bowlingklubben

Onsdag den 3. september mødes vi igen i Århus bowlinghal Eckersberggade som vi plejer, Kl.10 er vi klar ved banerne. Det bliver spændende at se om vi stadig kan vælte kegler, måske er der nogle som har trænet i løbet af sommeren.

Skulle der nu være nogle nye, som har lyst til at prøve dette ædle spil, så møder man bare op i Århus bowlinghal den 3. september, klubben giver de første 2 gange så det er omkostnings frit at prøve, om det lever op til forventningerne, husk at det også giver socialt samvær og motion. Vi er selvfølgelig også klar til en uddybende snak hvis nødvendigt, ring gerne til 21 63 76 68 Ib Andersen jeg er klar til en snak.

Vi fra klubbens bestyrelse glæder os til at se jer alle igen, og til at høre hvordan jeres sommer er forløbet, så mød op. Er der forhindringer den 3. september så kom den 10. vi spiller nemlig hver onsdag.

*På klubbens vegne
Ib Andersen*



Nordlyset 8530

Onsdag den 27 august kl.10.00, mødes vi i Klubhuset til hyggeligt samvær og evaluering.

Onsdag den 24.september i Klubhuset kl. 10.00 fortæller Hans Jørgen Hinrup om "Almindelig dagligdag i Kina."

Onsdag den 29. oktober kl.10.00 i klubhuset. holder Annette Borg Jensen et spændende foredrag: "Jordemoderen med de mange historier" et humoristisk og livsbekræftende jordemoderliv med start fra Rigshospitalet i 1983.

Onsdag den 26.november, holder vi juleafslutning.

Tovholderne sørger for kaffe og brød ved arrangementer i klubhuset (30 kr. /person)

*Venlig hilsen Tovholderne
Kirsten 2297 8115
Elisabeth 2487 3237*



KROLF PÅ PLÆNEN



Kom og vær med til en hyggelig formiddag på græsplænen i Folkehuset Hjortshøj:

Torsdag den 18. september
kl. 10.00

Eneste krav for deltagelse er at kunne svinge med køllen og gå fra hul til hul på banen.

Vi serverer kaffe og småkage samt lidt frugt.

**Vi satser på godt vejr
Og alle er velkomne.**

*Med venlig hilsen
Britta*

Centerrådet

Kunst.

De næste to måneder har vi glæde af at studere Ulla Hall's billeder i Folkehuset.

Som man ser, er Ulla en rig og farverig person, hvis billeder der helt sikkert vil blive værdsat. Se Ullas egen beskrivelse andet sted i bladet.

Vi har fået lov at låne Ullas billeder til oktober.

Foredrag af Peter Sporleder.

Peter Sporleder besøgte Folkehuset Hjortshøj onsdag d. 6. august. Her holdt han sit gripende foredrag om sine år som feltpræst i internationale missioner. Især beretningen om årene i Kosovo og Afghanistan gjorde stort indtryk. Nok også fordi vi lige i tiden har bekymrende uroligheder tæt på os.

**Onsdag d. 10 september 2025
kl. 18.00, i salen,**

Der serveres 3 tarteletter + 1 øl eller vand.

Herefter Sangforedrag om Kim Larsen.

Du får de hele for kr. 100,00

**Betales med MobilePay
7584YH**

Senest torsdag d. 4./9.

Se opslaget på Folkehuset Hjortshøj senere.

*Vel mødt.
Hjortshøj
Centerråd.*



Rollatortræf i Folkehuset Hjortshøj

Er du frisk på at gå en lille tur med rollator med andre mennesker?

Vil du med i fællesskabet til en hyggelig formiddag? Så skal du møde op hver **onsdag kl. 10.00 foran hoveddøren.**

Vi går en lille tur med rollator og samles til kaffe i caféen bagefter.

Tilmelding er ikke nødvendig. Bare mød op.

Det vil være en "tovholder" med på turen

Mejlby Kvindegruppe

Torsdag den 11. september kl. 14.00 i spejderhuset.

Vi starter med kaffe og en sang.

Kl. 14.30 kommer Brithe Johnsen Hansen og demonstrerer sin Alovera produkter og fortæller om aloveraplantens egenskaber.

*Med venlig
hilsen
tovholderne*



Mellem Grøttrup og Todbjerg står denne lille skulptur. Hvis du kender til baggrunden for dens placering, da fortæl meget gerne historien til Skjalden.

Skulpturen er Gåsen "Gerd"

Gerd er Præstemarkens vogter som sørger for fred, ro og orden. Gerd har valgt den største sten på vejen for at have bedst mulige overblik, så alle kan færdes trygt og sikkert.

Ligeledes er Gerd nok den mest fotografere Gås i Danmark med det smukke Todbjerg tårn i baggrunden.

Gerd er opsat af Præstemarken 6 som også sørger for, at Gerd altid er velplejet og præsentere vejen med stolthed.

*Med venlig hilsen
Peter og Lise Rasmussen
Præstemarken 6
8530 Hjortshøj*

Redaktionen siger mange tak for tilbagemeldingen.

Frivillig konsulent Marianne Keiser

§18 kvikpulje

Jeg minder lige om, at der åbnes for en §18-kvikpulje d. 1/10. [Søg støtte til frivilligt socialt arbejde for borgere over 60 år](#)

Ansøgningsskemaet kan først tilgås d. 1/10. Er der brug for hjælp, skal I endelig bare kontakte mig.

Rådhuskoncerter i festugen

Billetsalget er åbnet. Billetter kan købes her [Lyden af Århus - Rådhuskoncerter med Anne Hjort & Mek Pek - Jazzkoncerter med Aarhus Jazz Orchestra - Aarhus Jazz Orchestra](#)

Vi ses 😊
Kærlig hilsen
Marianne



Goddag og farvel

God dag til Pernille

Pernille er det nye ansigt du vil møde i cafeen og andre steder på Folkehuset Hjortshøj.



Vi ønsker Pernille velkommen, og håber du vil befinde dig godt. Vi glæder os til et godt samarbejde, og et glad smil, når vi møder dig på gangen.

Kirsten er gået på pension.

Kirsten har efter 33½ år valgt at gå på pension, og det er velfortjent.

Vi siger Kirsten tak for din måde at være på, du var aldrig sur og sagde aldrig nej, når du blev spurt om hjælp, Det har været en fornøjelse at arbejde sammen med dig.

Vi ønsker dig et godt otium.



Med venlig hilsen
Skjaldens redaktion

Ud af røret Hjortshøj 2025-2026

Prisen for hele sæsonen er kr. 1.095 og du kan gå til alle de fag du lyst til.



Betaling via nettet:

Gå ind på fo.dk, vælg alle kurser. Skriv Ud af røret - Hjortshøj i søgefeltet og du kommer direkte til Hjortshøj.

Fag/Hold	Start	Dag	Underviser	Tidspunkt
Seniordans	15. sept.	Man.	Anny Kaasgaard	9.30-11.20
Stolegymnastik	19. aug.	Tirs.	Randi Jakobsen	11.00-12.50
* Gymnastik M/K	20. aug.	Ons.	Randi Jakobsen	15.00-16.50
Samspil	28. aug.	Tors.	Poul Bech Christensen	13.30-15.50
** Musikforstå-	1. sept.	Man.	Jens Rasmussen	9.00-11.45
Gymnastik M/K	14. aug.	Tors.	Isaac Ervandian	8.45-9.40
Damegymnastik	14. aug.	Tors.	Isaac Ervandian	9.45-10.40
Damegymnastik	14. aug.	Tors.	Isaac Ervandian	10.45-11.40

Hvor der ikke er bemærkninger, foregår undervisningen på Folkehuset Hjortshøj.

*) Gymnastik M/K i kantinen ved Håruphallen.

**) Musikforståelse Folkehuset Risskov.

Er der ideer til nye hold bedes man kontakte Birgit eller Villy, så vil vi være behjælpelige med det.

Med venlig hilsen

Tovholderne for ud af røret

Birgit tlf. 2847 3257 og Villy tlf. 5072 0031



Pensionistforeningen



Vi er ved at opdatere foreningens medlemsliste, derfor beder vi jer, der har fået ny:

- Bopæl adresse**
- Telefon nummer**
- Email adresse**

give besked til bestyrelsen som er

Inger Hansen: telefon 22780705

Jette Knudsen: telefon 28214312

mail:

pensionistforening 8530@gmail.com

*Med venlig hilsen
bestyrelsen*

Udstiller i august og september



Ulla Häll

Min inspiration stammer fra oplevelser og de mange indtryk jeg gennem mit liv har lagret i min hukommelse fra lande og steder jeg og min mand har besøgt.

Som helt ung, sejlede jeg som stewardesse i den danske handelsflåde. Jeg kom dengang det meste af verden rundt, en verden så fuld af liv, lyde og eksotiske dufte og farver.

Farverne spiller en meget stor rolle for mig, og selv om mine billeder er meget forskellige, er de alle en del af mit univers. Naturens fantastiske farvekombinationer i blomster, koralrev, fisk og de mest utrolige landskaber er en udtømmelig kilde til inspiration.

Jeg har siden jeg var barn altid været fascineret af at tegne og male. Ind imellem er der gået flere år, hvor ånden ikke har været over mig. I stedet har jeg været autodidakt scenograf for en håndfuld amatørscener, bl.a. Busbjergspillene i 12 år, og Vilhelmsborg Festspil i 5 år.

For tiden er det akvarelmaling jeg har kastet mig over, og det nyder jeg rigtig meget.

God fornøjelse
Ulla Häll
Tlf. 21 75 18 94

Se mere på:
www.michulla.dk



Virup IF Billard er en ny billard-klub i Hjortshøj. Vi spiller billard i Folkehuset i Hjortshøj på onsdage ml. 12-14. Der er plads til alle på holdet - både på et seriøst konkurrenceplan, men også til sjov, hygge og socialt samvær. Kunne du tænke dig at prøve spillet, så kig forbi en onsdag og få en prøvetræning.

Vi har også et darthold, spiller hver mandag og torsdag aften i Folkehuset ml. 19.30-21.30.

Adressen er Hjortshøj Stationsvej 40, 8530 Hjortshøj

Kontaktpersoner for Dart og Billard:

Billard

Flemming Hüttel

Mail: foreningsudvikler@virupif.dk

Dart

Jan Pedersen (holdansvarlig)

Mail: dart@virupif.dk



FRIVILLIGE SØGES

et par timer en gang imellem.



- * Kunne du tænke dig, at være med i et hyggeligt fællesskab?
- * Vil du være med til at gøre en forskel?
- * Kan du lave et par kander kaffe, dække et bord, og andre lettere opgaver, så er du velkommen i vores frivillig-team.

FOLKEHUSET HJORTSHØJ afholder en del forskellige arrangementer, såsom koncerter, fællessang, aftenhygge med spising, foredrag osv.

Vi mangler dig til at hjælpe med en praktisk hånd, til disse arrangementer, når du har tid og lyst.



Du er meget velkommen til at kontakte
Bodil Balle Gissel, for mere info,
på: tlf.: 20 46 26 12
eller mail: bodilballegissel@gmail.com

FOLKEHUSET HJORTSHØJ
Hjortshøj Stationsvej 40
8530 Hjortshøj



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 7701

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
10. sept.	18.00-?	Sangforedrag om Kim Larsen
11. sept.	14.00-?	Gudstjeneste
12. sept.	11.00-?	Koncert i Hjortshøj Sognegård
15. sept.	13.30-15.15	Mandagstræf
18. sept.	10.00-?	Indbydelse til at prøve Krof
22. sept.	13.30-15.15	Mandagstræf
29. sept.	13.30-15.15	Mandagstræf

FRIVILLIGBAR

Vi fortsætter naturligvis med at afholde
FRIVILLIGBAR i folkehusene.

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

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

Sæt derfor X i kalenderen

Torsdag d. 2/10 kl. 14-16

Folkehuset Risskov, Hørgårdsvej 17

Mange hilsner fra Trine, Ulla, Marianne og Anne



FOLKEHUSENE