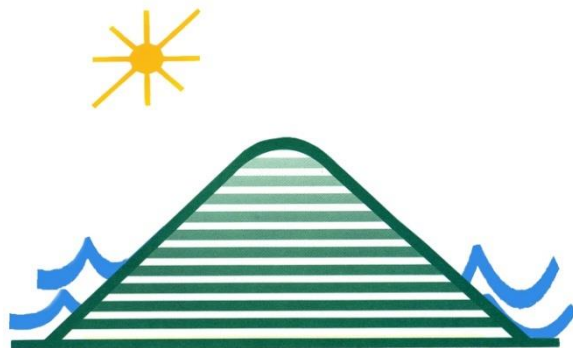


Skjalden

April
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	Mandagstræf, Gudstjeneste, Gymnastik, Strikkecafeen, Seniordans.
8-9	Selvtræning, Søndagskaffe, Fredagsbanko, Lotteri, Puslespil, Mejlby kvindegruppe. Nordlyset.
10-11	Nordlyset, Nyt ansigt i Skjaldens redaktion, Frivilligbar, Krea, Hjortshøj kvindegruppe, Nyt fra bowlingklubben.
12-13	Hjortshøj Centerråd, Fælleslæsning for voksne,
14-15	Påskefrokost, Foredrag ”Kend din by”
16-17	Bustur til Bisonfarmen og Kongsdals Have. Guidet fælleslæsning.,
18	Forårssange

Røsten



Nu er der travlhed i naturen,
der synges og der fløjtes dagen lang.
Det gælder om at bygge rede før de andre,
så man kan prale af den med en sang.
I Folkehuset er der også skønne toner,
kom til koncert med mand og tvende koner.
Derefter kan du nyde påskens dage.
Husk, påskedag er der jo kaffe og en kage.

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. 7/4
Morten Skovsted.**

Traditionen tro, kommer præst i Hjortshøj - Morten Skovsted og taler om foråret og andre aktuelle emner.

**Mandag d. 14/4
Trækfuglene**

Trækfuglene er en godt sammenspillet trio, som er kendt for deres gode humør og sammenspil. De kommer med en blanding af forårssange, og viser som vi kan synge med på.

**Mandag d. 28/4
Visens venner**

Visens venner Aarhus er en forening af sangglade personer, som mødes i et fællesskab omkring visesang. Vi får besøg af fire viseglade venner som kommer og synger nye og gamle viser, og også lidt fællessang fra bogen.

Vi siger farvel og tak for jeres deltagelse i mandagstræfs forårsprogram, det er dejligt at så mange, kommer hver gang, og vi ses forhåbentlig til september når vi starter op igen.

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. 10. april
ved Vibe Boye Liisberg.**

*Med venlig hilsen
Margit Gadeberg*

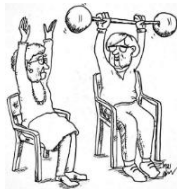


Stolegymnastik

Hver tirsdag kl. 10.15 - 12.00
på Folkehuset Hjortshøj.

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

*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. 4079 330*

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. 2847 3257.

Sidste dansedag før
sommerferien er mandag den
14. april.

*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 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
Karl-Heinz tlf. 3025 9387

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

Marts 2024

Følgende numre er udtrukket

276	300 kr.
179	200 kr.
119	100 kr.
264	100 kr.
15	100 kr.



Puslespil

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

*Med venlig hilsen
Bodil Balle Gissel*



Kunstudstilling

Linda Høymark udstiller i Folkehuset Hjortshøj fra 1. april. Linda har udstillet i huset, for efterhånden flere år siden, med en meget alsidig udstilling. Vi glæder os til udstillingen.

Stor tak til Marianne Dudzinski, for lån af hendes billeder, som vi har kunnet glæde os over, de sidste tre måneder

Kirsten Sørensen



Mejlby Kvindegruppe og Nordlyset 8530 arrangerer i fællesskab

Vi får besøg af betjent Tim Brockway Johansen fra Politiets forebyggelsessektion (IT).

Det foregår torsdag den 10. april kl. 14.00 i Hårup Hal-lens kantine.

Denne dag er mænd også velkomne!

Tilmelding for alle senest tirsdag den 8. april til Elisabeth 2487 3237

Tovholderne sørger for kaffe og kage til 20 kr. pr. person.

MVH Kirsten Sørensen, Birgit, Kirsten Terndrup og Elisabeth.

Nordlyset 8530

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.

Sidst i april /først i maj
Arrangeres der en tur. Valget står mellem tur til "Gartnergården" (ved Rønde) onsdag den 30. april eller tur til Huset Frost" torsdag den 1.

maj. Nærmere information følger.

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 den 21. maj.

*Venlig hilsen Tovholderne
Kirsten 2297 8115
Elisabeth 2487 3237*

Nyt ansigt i Skjaldens redaktion

Som ny medarbejder i redaktionen af Skjalden, vil jeg hermed præsentere mig for læserne.

Mit navn er Marianne Bach. For snart 20 år siden blev jeg gift med Henrik og fik dermed også hans efternavn Dreyer. Vi har boet i Hjortshøj i 13 år. Jeg har været på efterløn i 1 år og nyder det frie liv.

Jeg er aktiv på lange cykelture i vores dejlige natur. Jeg spiller

harmonika i Hjortshøj Seniororkester, og 2 andre grupper.

Medlem af det lokale fitnesscenter, som jeg flittigt benytter mig af. *Hilsen Marianne*

Birgit og Villy byder dig velkommen. Vi glæder os til at samarbejde med dig.



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.
2164 3523.



Hjortshøj Kvindegruppe

Så er tiden inde til at vi skal mødes igen.

Det bliver fredag den 11. april kl. 10 i mødelokale 1. på Folkehuset Hjortshøj.

Det glæder vi os til, dejligt, at det så nok er forår.

Grete Davidsen foreslog på vores sidste møde, at nogle af os på mødet den 11. april ville

fortælle om deres barndoms hade- og livretter.

Så forbered jer lidt på det.

Ellers er der kaffe og boller med det sædvanlige og hyggeligt samvær.

Frist for tilmelding er den 9. april til Inge på tlf. 2425 5939.

Mange forårs-hilsener
Inge

Nyt fra bowlingklubben

Den 12. februar havde vi generalforsamling med et fremmøde på 19 personer, hvilket må siges at være ret flot. Det var desværre mere kedeligt, at vores formand gennem mange år, Kurt Gissel, havde fundet, at nu var tiden, hvor han ikke ville modtage genvalg, kommet.

Den melding tog vi selvfølgelig til efterretning. Kurt har i mange år tegnet bowlingklubben og han har gjort et fantastisk arbejde for klubben, det vil vi gerne takke dig for Kurt, og håber at du ville spille bowling i mange år endnu.

Nu er det jo desværre sådan, at ingen råber højt, når der skal findes en ny til bestyrelsen,

men heldigvis blev kasserer Birthe Jensen og næstformand/sekretær Birgit Bendtsen på deres poster, så stabiliteten er til stede.

Vores suppleant Ib Andersen trådte så ind i bestyrelsen, og Bent var så flink at stille op som ny suppleant. Bestyrelsen har siden konstitueret sig, næstformanden og kassereren blev på deres poster, og Ib Andersen blev ny formand.

Der er fin orden i økonomien, det indbetalte kontingent bruges til baneleje og generalforsamling, styret med hård hånd af kassereren.

Hvad det spillemæssige angår, så er der for nogle af os plads til forbedring, vi har dog den glæde at der er andre spillere end de sædvanlige der kæmper med om pokalerne.

Skulle der være nogen ude i den store verden, som har lyst til at prøve kræfter med dette ædle spil, så spiller vi hver onsdag formiddag kl. 10 til 11, sæsonen er fra september til maj, om sommeren passer vi andre interesser.

Vi vil gerne tilbyde et par prøvegange uden beregning. Husk at det tæller som motion, vi har det også sjovt.

Sidste dag i foråret bliver den 30. april, hvor vi efter bowling som sædvanligt mødes på Folkehuset Hjortshøj til mad og snak. Herom senere.

Ib Andersen

Hjortshøj Centerråd

Rådet afviklede det årlige årsmøde onsdag d. 5. marts. Desværre var der ikke kommet særlig mange.

Vi fik dog alligevel et godt møde, med hjælp af områdechefen Trine Holst og Frivillighedskonsulenten Marianne Keiser.

Formanden Bodil Balle bød velkommen, og berettede om de arrangementer vi havde haft i årets løb.

Herefter fortalte Trine Holst om ældreområdet i Aarhus nord.

Marianne Kaiser tog over og fortalte om kommende aktiviteter i Folkehuset Hjorthøj.

Der er reserveret og sat dato, på. Herefter gennemgik Karin Øvlisen regnskabet, Bestyrelsesmøde i Centerrådet tirsdag den. 11. marts kl. 9.00.

Her konstituerede vi os!
Karl Heinz havde inden meddelt, at han gerne ville udtræde af Rådet, da helbredet desværre ikke helt mere er til det. Vi øvrige vil derfor gerne sige tak, for alle årene du har været meget aktiv. Du trådte ind i Brugerrådet 2006, så det bliver 19. dejlige år, vi har haft glæde af dit virke. Du har siddet som referent, og ligeledes en lang periode på formandsposten.

Ved idrætsforeningens oprettelse, sideløbende en bestyrelsespost i denne, samt koordinator for selv trænerne i Hjortshøj Også en stor tak til Jette, der har måttet undvære dig. Vi ønsker dig alt godt fremover. Rådet konstituerede sig sådan:
Bodil Balle formandsposten
Karin Øvlisen kasserer
Kirsten Sørensen referent
Inger Lise Frank bestyrelsesmedlem
Kurt Gissel bestyrelsesmedlem

Bodil Gissel

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. 7. april
kl. 10.30-11.30**



Gratis entre uden tilmelding



Folkehuset Hjortshøj Cafeen



Påske frokost

Tirsdag d. 8. april 2025 kl. 11.30 - 14.00

Pris. 125.00 kr

Koncert med Spillemandstruppen fra 12.30

Menu

- Tunmusse m/ dressing og flute
- Æg / rejer
- Tartelet med høns i asparges
- Frikadeller m/ kold kartoffelsalat
- brød og smør
- Kaffe og lille kage

TILMELDING I CAFEEN SENEST Den 3-4-2025

vh. Køkken og Cafeudvalget



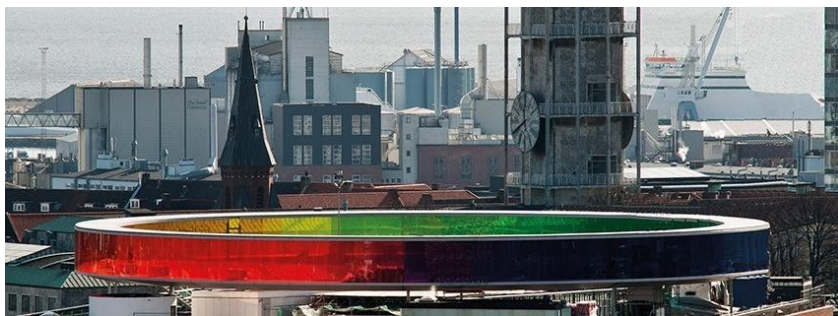
Foredrag i folkehuset Hjortshøj



Henrik Fode: Kend din by: Aarhus Onsdag den 16. april kl. 19:00

Gennem billeder giver foredraget forklaringer på, hvorfor vores by ser ud som den gør. Vi bevæger os fra vikingetiden frem mod nutiden, og vi hører om institutioner, der var, og om nye, der er kommet til. Vi hører også om byplaner og kommunalreformer og om alt det, der var med til at skabe den storby, vi kender i dag.

Henrik trækker også centrale skikkelser frem og fortæller historier om bl.a. bisper, borgmestre, købmænd og embedsmænd foruden en underskov af almindelige borgere.



**Tilmelding skal ske senest den 10. april til Jette Knudsen.
Tlf. 28 21 43 12**

Pris per deltager er 80,00 kr. beløbet er inklusive kaffe og kage

Betaling sker på MobilePay 9472BQ

Vi glæder os til stort fremmøde

Pensionistforeningens bestyrelse



Pensionistforeningen arrangerer spændende bustur til



**Bisonfarmen & Danmarks
flotteste have** 1 dag
28. maj 2025

Vi skal besøge Kongsdal Have, som er en af Danmarks smukkeste haver samt Europas største bisonfarm, Ditlevsdal Bisonfarm.

**Todbjerg, Mejlbj og Hjortshøj
Pensionistforening af 1993**

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
- Entrè 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. 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

Kom og vær med til



FORÅRSSANGE

I FOLKEHUSET HJORTSHØJ

Onsdag den 9. april kl. 17.00



Der serveres ca. 17,30 en

2-retters menu

fra Kirsten og Vibekes køkken

1 genstand til maden, øl, vand eller vin efter eget ønske

Alt dette for 160 kr.

Billetter købes i cafeen senest 2. april 2025

Hilsen, Køkkenet og støttet af Rådet



Den danske sangskat rummer en række smukke sange om foråret. Jeg spiller et udvalg af både gamle og nye...

Venlig hilsen, Laila

Pris
kr. 160,-

inkl.

To-retters menu,
sang og fortællinger om
forår



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
25.marts	17.30-?	Suppeaften
31 marts	13.30-15.15	Mandagstræf
1. april	19.00-?	Musikaften
7. april	13.30-15.15	Mandagstræf
8. april	11,30-14.00	Påskefrokost
9. april	17.00-?	Forårssange
10. april	14.00-?	Fællesmøde Mejlby Kvinde- gruppe og Nordlys
14. april	13.30-15.15	Mandagstræf
16. april	19.00-?	Foredrag ”kend din by”
28. april	13.30-15.15	Mandagstræf
18. maj	7.00-?	Pensionistforenings udflugt

