



Oktober 2026

Folkehuset Lystrup

Sønderskovhus Nyt



**CAFÉENS
MENUPLAN**
Midtersiderne
(kan tages ud)

**DET SKER I
Folkehuset
Lystrup:
KALENDER
SIDE 5**

Månedssblad for Folkehuset Lystrup

Lystrup Centervej 78

8520 Lystrup

Udgivet siden 1983

Bladet er gratis

**Udkommer den første
i hver måned**

**Kom til danseaften
i Caféen
Se side 25**



**Digital tryghed i
Caféen
SIDE 15**



**"Flyvning i
Alaska"
SIDE 12**



**Nyt fra
Centerrådet
SIDE 6**



**Herrefrokost
SIDE 9**

**Damefrokost
SIDE 10**



Redaktionen side



Bent Rise

mobil: 29 33 72 87

mail: bentrise@icloud.com

Aage Jarl Jensen

mobil: 20 34 08 94

mail: aagejarl@gmail.com

Indlæg/stof til bladet skal være redaktionen i hænde **senest den 20. i hver måned** og kan sendes på mail til en af os, eller afleveres i postkassen i den hvide reol ved Caféen.

Du er også velkommen til at ringe til en af os.

Redaktionen tager forbehold for evt. trykfejl og fejl i navne, numre mm. Kontakt venligst redaktionen, så fejlen kan blive rettet til næste nummer.

Gør som 91 andre:

Få blade direkte i din mailboks:

Ønsker du at abonnere på bladet sender du en mail til: aagejarl@gmail.com og skriver at du ønsker at få bladet tilsendt på mail.

Du kan til enhver tid framelde dig igen.

Se også bladet her:

På Facebook: **Folkehuset Lystrup**

På Kommunens hjemmeside:

<https://folkehuse.aarhus.dk/find-dit-folkehus/8520-lystrup>



På Kommunens hjemmeside kan du finde oplysninger og arrangementer i alle Folkehusene i kommunen.



Indholdsfortegnelse



Redaktørens side	2
Melodivarene kommer i Caféen	4
KALENDEREN: Folkehuset Lystrup	5
Nyt fra Centerrådet	6
Besøgstjenesten Lystrup-Elsted-Elev	7
Ny kvindegruppe: Svalerne	8
Herrefrokost den 15. oktober	9
Damefrokost 27. oktober	10
Fra Damefrokosten 25. august	11
Foredrag om "Flyvning i Alaska" 22. oktober	12
Fra Enkebal i Folkehuset Vejlby 28. august	13-14
Foredrag omkring "Digital Tryghed" 29. oktober	15
Fra Festugemiddagen 2. september	16-17
"Morgenfruerne" på tur	18-19
CAFÉENS MENUPLAN	20-21
RevivalBand spillede i Caféen 17. september	22-23
Fra Fernisering i Caféen	24
Danseaften i Caféen 30. oktober	25
Fra busturen "Danish Airshow" i Ålborg	26-27
Fra busturen til Ribe	28-29
LystrupGutterne på tur	30
Løvfaldstur med Lions Club Lystrup 21. oktober	31
Det sker i Lystrup Kirke	32
Bustur til Ebeltoft "Æblefestival" 13. oktober	33
Kalender for busture	34
Faste aktiviteter i Folkehuset Lystrup	35-36
Kontaktpersoner i Folkehuset Lystrup	37
Nyttige oplysninger	38
Gudstjenester	39
Sang og musik på tværs / Samtalecafé / Humørklub	Bagsiden

FOLKEHUSET LYSTRUP
Sønderskovhus Caféen
AKTIVITETSUDVALGET



KOMMER I CAFÉEN
Torsdag den 1. okt. Kl. 14:00

Et varmt, humoristisk og livsbekræftende musikalsk teatershow
fyldt med fællessang, skønsang og små teaterglimt

**Der er desværre en fejl på tidspunkt
på billetterne:**

KLOKKESLÆT ER 14:00



KALENDEREN: Folkehuset Lystrup

DATO:	TID:	ARRANGEMENT:
01. okt	14:00	Melodivaerne kommer i Caféen Arr. Aktivitetsudvalget Kaffe og kage: 50,- kr. (side 4) Billetter sælges i Caféen fra den 15. sep kl. 10:00
05. okt	14-16:00	Sang og musik på tværs Pris: 30,-.kr. (bagsiden)
07. okt	11:00	Nærværgudstjeneste i Lystrup Kirke (side 39)
15. okt	13:00	Herrefrokost i Folkehuset (side 9) Spisning og hygge Pris: 90,- kr. Tilmelding på opslagstavlen ved Caféen
19. okt	10-12:00	SamtaleCafé i lokale B (bagsiden)
19. okt	14-16:00	Sang og musik på tværs Pris: 30,-.kr. (bagsiden)
21. okt	10:30	Gudstjeneste på Sønderskovhus Lokale D (side 39)
22. okt	15:00	Foredrag med Lotte der fortæller om livet som pilot Arr. Caféens Venner Kaffe og kage: Pris 50,- (side 12) Billetter sælges i Caféen fra den 7. okt kl. 10:00
29. okt	13:00	Damefrokost i Caféen (side 10) Spisning og hygge Pris: 100,- kr. Tilmelding på opslagstavlen ved Caféen Betales kontant ved fremmøde
29. okt	14:00	Foredrag om digital tryghed i Caféen Arr. Centerrådet Kaffe og kage Pris: 30,- kr. (side 15) Billetter sælges i Caféen fra den 14. okt kl. 10:00
30. okt	19-21:00	Danseaften i Caféen Arr. Caféens Venner (side 25) Musik: Gissel & Jarl Gratis adgang – Du skal bare møde op! Drikkevarer kan købes i baren.
02. nov	14-16:00	Sang og musik på tværs Pris: 30,-.kr. (bagsiden)
04. nov	11:00	Nærværgudstjeneste i Lystrup Kirke (side 39)
16. nov	14-16:00	Sang og musik på tværs Pris: 30,-.kr. (bagsiden)
17. nov	14-16:00	Sang og musik på tværs Pris: 30,-.kr. (bagsiden)
21. nov	10:00	Stort Julemarked Sønderskovhus Arr. Aktivitetsudvalget
24. nov	13:00	Damejulefrokost i Caféen



Nyt fra Centerrådet

Referat fra rådsmødet

Tirsdag den 4. august 2026

Deltagere: Trine, Lars, Frank og Hans

Afbud fra: Marianne

Referent: Hans

1. Godkendelse af dagsorden

Dagsordenen blev godkendt.

2. Godkendelse af sidste referat

Referatet blev godkendt med en bemærkning om, at to stole på terrassen er i stykker og der skal købes to nye, når der er tilbud.

3. Opfølgning på grilldagen

Arrangementet blev vurderet som super, der blev spist 175 pølser med brød samt drukket 24 liter slush ice. Cafeen solgte alt deres kartoffelsalat. Der er fremsat ønske om, at der også serveres lidt mindre pølser, da de store grillpølser kan være for store for nogle af gæsterne, dette tages op til næste pølsedag.

4. Dato for grilldagen 2027

Den bliver fastsat til den 25. juni 2027.

5. Nyt fra Trine og Marianne

- Marianne er desværre igen indlagt med brækket ankel.
- Alle frivilligbarerne i efteråret er planlagt.
- Trine arbejder i øjeblikket meget med at reducere kommunens CO2-aftryk.

6. Økonomisk status

Der er stadig lidt penge på kontoen.

7. Resten af årets planer

Rådet har følgende arrangementer planlagt:

- Fernisering den 14. september
- Digital sikkerhed den 29. oktober
- Julemarked den 21. november





Nyt fra Centerrådet

8. Ønsker til forbedringer i Folkehuset Lystrup

Der var ikke kommet nogen ønsker.

9. Eventuelt

Lars undersøger mulighederne for at finde frivillige, der vil stå for bankospil.

Besøgstjenesten Lystrup-Elsted-Elev

Formålet med Besøgstjenesten er at formidle kontakt mellem en person, der har behov for at få besøg og en person, der har lyst at gå på besøg.

Mange sidder af forskellige grunde alene og har svært ved at komme ud og være sammen med andre mennesker. Her kan en besøgsven være med til at bringe liv og glæde ind i hjemmet. Som regel opstår der et godt og nært venskab mellem besøgsven og -vært til stor glæde for begge parter. Nogle går på besøg hver uge, andre hver anden uge.

Besøgsvennen er gæst i værtens hjem og har tavshedspligt.

Du er velkommen til at henvende dig til koordinatoren i

Besøgstjenesten, hvis dette kunne være noget for dig og du søger en besøgsven eller ønsker at gå på besøg. Vi tager altid en god snak med den kommende besøgsven og -vært, for det er vigtigt at de to parter har fælles forventninger til samvær og passer sammen.

Se evt. vores folder, der også findes i stativet på Sønderskovhus.

Solvejg Østergaard, tlf. 23 34 81 53

solvejgoestergaard@post.tele.dk

Ester Bork Sørensen, tlf. 22 78 65 55, ester_friis@hotmail.com



NY KVINDEGRUPPE – "SVALERNE"

Kort info om ny kvindegruppe i folkehuset Lystrup.

Det har længe været efterspurgt, at der skulle starte en ny kvindegruppe op i folkehuset Lystrup, idet de øvrige 5 grupper er fyldt op. Det er nu lykkedes, og med Svalerne er der nu 6 kvindegrupper i folkehuset. 😊

Svalerne har 4 tovholdere: Tove Havn, Vibeke Dabelsteen, Karen Bille og Marianne Winther, og har Tove Havn, som kontaktperson. Hun har tlf. 20782936 og mail: tovehavn@vx800.dk

I alt er vi 20 medlemmer og dermed er gruppen fyldt op. Man kan henvende sig til Marianne Winther tlf. 40104522, om man ønsker at blive skrevet på venteliste. Vi kan dog ikke garantere, der bliver plads.

Svalerne har været samlet til det første møde, den 7. september, og havde nogle meget udbytterige og hyggelige timer sammen.

På vegne af tovholderne
Marianne Winther



FOLKEHUSET LYSTRUP
Sønderskovhus Caféen

HERREFROKOST



Menu:

Karbonade med
stuvet ærter og
gulerødder, og
rødbeder.

Kaffe med kage.

Torsdag den 15. okt. kl. 13:00

PRIS: 90,- kr.

Betales kontant ved fremmøde.

(Mød gerne frem med aftalte penge)

Herrefrokost er for alle mænd, der har lyst til at være med.

Tilmelding på opslagstavlen ved caféen.

Afbud senest dagen før til Henning Hansen 40 36 11 35
ellers er tilmelding bindende.

DAMEFROKOST

Tirsdag den 27. oktober kl. 13:00



Aspargessuppe med brød. Kaffe og citronfromage.

Pris.: 100,- kr.

betales kontant ved fremmøde.

(Mød meget gerne frem med aftalte penge!)

**Vi beder jer venligst først møde op kl. 12.30 af hensyn
til caféens øvrige gæster.**

Tilmelding på opslagstavlen i caféen.

**Damefrokost er for alle damer, der har lyst til at være med.
Afbud senest dagen før på 28 15 93 55 ellers er tilmelding bindende.**



Damefrokosten 25. august

Efter en rigtig dejlig sommer kom vi i gang med vores månedlige damefrokost i tirsdags, med mange glade og friske damer - tak fordi I kommer. Vi glæder os allerede til næste damefrokost som er tirsdag den 29. September.



Vi ses Vibeke



FOLKEHUSET LYSTRUP
Sønderskovhus Caféen
CAFÉENS VENNER

FLYVNING I ALASKA



Et foredrag med pilot Lotte Gaaei

I 2023 tog jeg afsted til Alaska, hvor vi fløj rundt i cirka 10 dage.

Foredraget er fortælling om flyvning og mine fantastiske oplevelser i Alaska.

Vi lander de mest mærkværdige steder. Derudover mine sjove oplevelser om hvordan det er som pilot, at flyve en Vandflyver for første gang, og hvad det kan, når man er vild med at flyve.

Torsdag den 22. okt. Kl. 15:00

50,- kr. inkl. Kaffe/te og kage

Billetter sælges fra onsdag den 7. oktober
kl. 10:00 i Caféen og frem til dagen før.



Enkebal i Folkehuset Vejlbj

Enkebal afholdt den 28. august 2026 i Folkehuset Vejlbj. Arrangementet blev afholdt med ca. 40 deltagere og vi startede med en velkomstsang. Herefter blev der delt smørrebrødsplatter ud og Aage Jarl sørgede for afdæmpet baggrundsmusik, hvilket skabte en behagelig og rolig atmosfære under måltidet.

Inden vi var færdig med at spise, sang vi fællessang og efter måltidet fortsatte festen med dans til levende musik leveret af Toolate.





Enkebal i Folkehuset Vejlbj

I pausen blev der serveret kaffe og kage og der blev sunget og gynget til et sømands potpourri. Efter kaffepausen genoptog vi dansen og der blev danset til de kendte sange, spillet af orkesteret, indtil festen sluttede omkring kl. 21:30.

Aftenen var rigtig hyggelig, præget af gode gæster og søde, flittige frivillige, som sørgede for, at alt forløb godt.

Hans.



Et samarbejde mellem
Folkehusene Vejlbj,
Lystrup, Harlev og
Skødstrup

FOLKEHUSET LYSTRUP
Sønderskovhus Caféen
CENTERRÅDET



fortæller om Digital Tryghed.



Torsdag den 29. oktober 2026 kl. 14.00

Der serveres kaffe og kage.

PRIS: 30,- kr.

**Billetter sælges i caféen fra
den 14. oktober kl. 10:00**



Festugemenu i Caféen

Onsdag den 2. september mødte 60 glade gæster op til Festugemenuen i Caféen.

Menuen var Gammeldags grydesteg med sauce, smør kartofler, dampet grønt, asier og rabarberkompot. Ovnbagte pærer med creme fraiche. Det var virkelig lækkert!





Festugemenu i Caféen





Morgenfruerne på tur

Turen gik denne gang til Sletterhage fyr. På vejen derud var vejret fin, og solen så vi da også.

Nogle valgte at tage turen op i tårnet selvom det var lidt diset og dårlig sigtbarhed.





Morgenfruerne på tur

Efter 3 kvarters tid skulle vi videre, og lige som vi skulle køre, begyndte regnen godt nok at styrte ned. Der var så meget vand på vejen, at busserne skulle laves om til færger. Det lynede og tordnede rigtig meget.

Vi kom igennem vandmasserne og videre til ELLENS HAVE ved Dråby strand. Her skulle vi indtage vores frokost. Vi var ved at være godt sultne, og frokosten fik vi i hyggelige omgivelser.

Nu var dagen ved at være der henne hvor vi skulle køre hjemad igen. Vi kørte langs vandet og efter en regn fuld dag, var vi hjemme ved Folkehuset igen.

TUSIND TAK til Palle og John Berg for en dejlig tur trods vejret. Tak for god kørsel igennem meget store vandmasser på vejen
MVH Grethe



Ugedag

Dato Menu

- | | | |
|---------|----|---|
| Torsdag | 1. | Laksefrikadeller med persillesauce, kartofler og gulerodsråkost |
| Fredag | 2. | Mexico-marineret kam med krydderkartofler, sauce og årstidens grønt |

Lørdag/Søndag Lukket

- | | | |
|---------|----|---|
| Mandag | 5. | Stegt kylling a la orange med kartoffelmos og hvidkålsråkost |
| Tirsdag | 6. | Sennepskotelet med sauce, kartofler og syltet græskar |
| Onsdag | 7. | Kalkungryde med ris og bennesalat |
| Torsdag | 8. | Bygotto med svampe, jordskokker og stegte rodfrugter og hjemmebagt brød |
| Fredag | 9. | Frikadeller med sauce, kartofler og hjemmesyltede rødbeder |

Lørdag/Søndag Lukket

- | | | |
|---------|-----|---|
| Mandag | 12. | Kokospaneret kylling med flødekartofler, salat med spidskål og æble |
| Tirsdag | 13. | Fylt sej med porre og gulerod, persillesauce, kartofler og dampet blomkål |
| Onsdag | 14. | Folkehusgryde med kartoffelmos med et grønt pift og asier |
| Torsdag | 15. | Karbonade med stuede grønærter og kartofler |
| Fredag | 16. | Biksemad med bearnaisesauce og rødbeder |

Lørdag/Søndag Lukket

- | | | |
|---------|-----|---|
| Mandag | 19. | Blomkålsfrikadeller med stuvet spinat, kartofler og bagte beder |
| Tirsdag | 20. | Svensk pølseret med årstidens grønt og brød |
| Onsdag | 21. | Shepherd's pie med stegte blomkål |
| Torsdag | 22. | Fiskefilet med persillesauce, kartofler og gulerodsråkost |
| Fredag | 23. | Ribbensteg med sauce, kartofler og rødkål |

Lørdag/Søndag Lukket

- | | | |
|---------|-----|--|
| Mandag | 26. | Medister med stuvet hvidkål og rødbeder |
| Tirsdag | 27. | Høns i tarteletter med et grønt drys |
| Onsdag | 28. | Braiseret gryde, bagt kartoffelmos og årstidens grønt |
| Torsdag | 29. | Skinkeschnitzel med brasede kartofler, bearnaisesauce, og dampede ærter |
| Fredag | 30. | HALLOWEEN - Cremet græskarsuppe med lækkert tilbehør og hjemmebagt brød (Spis hvad du kan....) |

Ret til ændringer forbeholdes

Caféen - Folkehuset Lystrup

Åbningstider: 09:00-14:00

Salg af middagsmad fra kl. 11:30-13:00

Tlf. 87 13 89 55



VELKOMMEN I FOLKEHUSET LYSTRUP SØNDERSKOVHUS CAFÉEN

Her kan du mødes med andre og nyde en kop kaffe, en hyggelig frokost, en hjemmebagt kage eller købe et måltid med hjem.

MORGENMAD

1 skive rugbrød med smør	7 kr.
1 skive franskbrød med smør	7 kr.
1 skive rugbrød	5 kr.
1 skive franskbrød	5 kr.
Bolle	8 kr.
Smør brik	6 kr.
Ost pr. skive	7 kr.
Pålæg pr. skive	7 kr.
Marmalede brik	6 kr.
Smøreost	6 kr.

MIDDAGS- OG FROKOSTRETTER

Dagens middag	58 kr.
Dessert	27 kr.
Dagens frokostret (fra)	40 kr.
Salat pr. 100 g	14 kr.

SANDWICH OG SMØRREBRØD

Sandwich/burgerbolle med pålæg	40 kr.
Smørrebrød (2 stk. pålæg)	23 kr.
Luksus smørrebrød (4 stk. pålæg)	36 kr.
Franskbrød (2 stk. pålæg/ost)	31 kr.

KAFFE OG KAGE

Kaffe, lille	8 kr.
Kaffe, stor	12 kr.
1 kande kaffe/te	34 kr.
Flødekage	25 kr.
100 g småkager	22 kr.

BRØD OG KAGE

1 franskbrød	29 kr.
1 franskbrød, surdej	28 kr.
100 g småkager	22 kr.

DRIKKEVARER

Alm. øl	22 kr.
Sodavand 0,33 cl.	17 kr.
Sodavand 0,50 cl.	25 kr.
Rødvin/hvidvin 75 cl.	112 kr.
Rødvin/hvidvin 25 cl.	45 kr.
Vin pr. glas	28 kr.
Snaps 35 cl.	140 kr.
Snaps pr. glas 2 cl.	23 kr.
Kildevand	12 kr.

TAKE AWAY

Spørg i Caféen hvad de tilbyder af forskellige middagsretter, bagværk og andre gode sager



ÅBNINGSTIDER:

Mandag - fredag 7:00 - 14:00

Tlf. 87 13 89 55

Mød os på [facebook](#)

Sønderskovhus cafeen

Prislister forefindes i Caféen

Gælder for Folkehusene i Aarhus

1. januar 2026



RevivalBand spillede i Caféen



En stor musikalsk oplevelse i Folkehuset Lystrup torsdag den 17. september. aften.

RevivalBand spillede for et udsolgt publikum.

De leverede 2 set og kom kronologisk igennem nogle af de største Eagles hit.

Samtidig fik vi levende fortalt om næsten hvert nummer.

RevivalBand leverer varen, og kommer meget tæt på den originale lyd.

En helt igennem fantastisk aften.

Tak til bandet for at komme og spille for os. Tak til Caféen for de dejlige tarteletter og kager. Tak til de frivillige for det store arbejde de laver.





RevivalBand spillede i Caféen





Fernisering i Caféen 14. september

Der har mandag den 14. september været fernisering i Folkehuset Lystrup. Mange nye flotte billeder pryder igen folkehusets vægge.

Jette som er primus motor i kunstforeningen, har igen skaffet en kunstner, som har bidraget med nogle flotte billeder, til glæde for alle brugere af Folkehuset.

Vi vil gerne slå et slag for fremtidige ferniseringer, og håbe på en større tilslutning. Så kan vi bevare kunstgruppens eksistens, med denne flotte udsmykning af vores Folkehus.

På Centerrådets vegne:

Frank.



DANSEAFTEN I CAFÉEN

KOM OG VÆR MED!

Fredag den 30. okt. Kl. 19-21:00

Er du klar til en aften fyldt med musik, dans, godt humør og hyggeligt selskab.

Så kom til vores danesaften, hvor vi skal danse og/eller bare nyde en dejlig aften sammen.

Tag gerne en ven, veninde eller venner med - alle er velkommen.

Salg af drikkevarer og chips i baren.

GISSEL & JARL spiller op!

GRATIS ADGANG!

Du skal bare møde op!



Hvis det bliver en succes, vil arrangementet blive gentaget med jævne mellemrum.



Busturen til Danish Airshow



Søndag d. 13. september kl. 8.30 mødtes vi, klar til afrejse mod Aalborg.

Turen nordpå forløb uden problemer i det dejlige solskin.

Undervejs gjorde vi holdt ved Himmerland Tankstation for at strække benene og samtidig være forberedte på eventuelle længere køer ved flyvepladsen. Der var forventninger om omkring 150.000 besøgende til Danish Airshow.

Da vi ankom til flyvepladsen, var der en del kø, men den bevægede sig heldigvis hurtigt. Det viste sig at være en stor fordel, at begge vores busser havde handicapskilte. Det betød, at vi blev ledt hen til en parkeringsplads tæt på en af indgangene.





Busturen til Danish Airshow



Vi aftalte at mødes igen kl. 15.00. Der var masser at opleve på området – både flyveshow i luften, fly på jorden og en masse militært udstyr. Der var derfor rig mulighed for at gå rundt og se på de mange forskellige aktiviteter og udstillinger.

Da dagen nærmede sig sin afslutning, skulle vi finde et sted, hvor vi kunne oplade busserne. Torben havde på forhånd lavet en oversigt over lade steder, så vi kørte ind til Aalborg og holdt der i cirka en halv time. Her kunne vi nyde det gode vejr, få en snak med hinanden og slappe lidt af. Nogle benyttede også lejligheden til at spise en is, og der var adgang til toiletter. Efter opladningen af busserne gik turen hjemad. Dermed sluttede en god dag med mange spændende oplevelser, hyggeligt samvær og ikke mindst masser af fly og militært udstyr.

Hans





Busturen til Ribe



Så har der igen været en fin udflugt, med 4 dygtige og hjælpsomme chauffører, og Jytte som hjælper med det praktiske omkring mad og kaffe.

Turen gik til Ribe Domkirke, Danmarks ældste Domkirke, som står og knejser stolt på Torvet, snart 1000 år gammel, med en historie, som er værd at læse mere om.

Vi fandt en P plads med gå afstand ind i Ribe C. Ved P pladsen var en lille park med borde og bænke, hvor vi spiste vore "favoritburgere" fra Cafeen inden vi begav os på sightseeing i Ribe's smalle og små brostens belagte gader. Bl. a. gågaden, som fører over Ribe Å.

Efter at ha' set domkirken, var der også Ribe Glas Galleri i Hans Tausen's gamle hus. Det havde mange smukke, unikke ting i glas. fremstillet af indehaveren af galleriet, Erna Møller.



Busturen til Ribe

På gågaden var der en GL Købmandsbutik, som også havde spændende ting. Der blev handlet lidt, inden vi igen skulle samles ved P pladsen.

På vejen hjemad, igennem vores skønne land, med grønne marker og græssende køer, skulle vi igen finde borde og bænke.

I Foldingbro var der en lukket iskiosk Kongeå. Der tillod vi os at låne hans udemøbler, så vi kunne få vores medbragte kaffe, men ingen is bagefter.

Vel overstået fortsatte turen til Vejen, hvor det nu var bilernes tur til ny energi. Med en gang ny strøm, tog vi motorvejen hjem til Lystrup.

EN stor og varm tak for en dejlig udflugt, med de små "afstikkere og æresrunder" i et par rundkørsler.

Tak for det gode humør

På gensyn. Mvh. MIE





LystrupGutterne på tur

Den 16 september drog 13 gutter i godt vejr afsted for at besøge Horsens Industrimuseum. Efter museumsbesøget gik turen til Buns n' Fries på Horsens Bytorv, hvor alle fik serveret menuer med burger, pomfrites og sodavand. Efter frokosten og en kort pause for at lade busserne, blev der foreslået en tur til Alrø på hjemturen. På Alrø så vi færgestedet og Café Alrø, som er kendt for sine store tarteletter (hvor én vejer cirka 500 gram). Ved caféen var der et billede af den britiske rekordholder, Adam Moran, som i marts 2026 havde spist 7 kæmpe tarteletter, noget citronfromage, Irish Coffee og 7 kugler is. Efter besøget på Alrø gik turen hjemad mod Lystrup, efter en god og hyggelig dag.

Hans



LØVFALDSTUR

Onsdag den 21. okt. Kl. 13:30

Afgang: Sønderskovhus, præcis kl. 13.30

Så er der igen løvfald i vore dejlige skove, som vi skal ud at se og drikke vor kaffe i.

Vi fortsætter med at køre denne tur, selv 50 år den første. Det er jo en dejlig tradition. En god køre tur i løvfaldet med efterfølgende kaffe på en af vore mange dejlige kroer.

I år har Lionsfolkene fundet et sted vi har været før, så det glæder vi os til igen. Vi kan ikke blive ved med at finde en ny kro hvert år.

Turen er for alle pensionister i 8520 Lystrup/elev, og kun dem, og det er igen først til mølle, for 2 busser bliver hurtigt fyldt op.

I skal ringe til telefon **20202763** eller **40462217** fredag den 16. okt. mellem kl. 10 og 13.

Marianne og jeg sidder på dette tidspunkt klar til at modtage jeres tilmeldinger.

På gensyn.

p.u.v.

Frits Lindgren

Lions Club Lystrup.



LIONS CLUB LYSTRUP

**LIONS CLUB
LYSTRUP**



Det sker i Lystrup Kirke

Sangcafeer i Lystrup Kirke i efteråret for mennesker med demens og deres pårørende



Sangcafeerne i Lystrup Kirke er en god anledning til at komme ud sammen og møde andre mennesker som står i samme situation som én selv – det gælder både dem, der har fået en demenssygdom, og deres pårørende.

Vi begynder med kaffe og brød, og så er der en times fællessang. Vi slutter kl. 15.30. Musikken og sangen vækker følelser og erindringer og skaber et trygt og lysfyldt rum at være i.

Mandag den 5. oktober kl. 14.00-15.30

Musikleder og kordirigent Helle Høyer '

Mandag den 9. november kl. 14.00-15.30

Sanger og musikterapeut Kasper Ehlers

Det er gratis at deltage. Tilmelding til Hans Boas på tlf.

23202392 eller hhmb@km.dk

Tak til vores frivillige værtinder som hygger om deltagerne.

FOLKEHUSET LYSTRUP

Busture fra Folkehuset Lystrup

AKTIVITETSUDVALGET-BUSTURE



Æblefestival

**Tirsdag den
13. okt.
kl. 10:30**



Vi kører til Ebeltoft tirsdag d. 13/10 kl. 10:30 fra folkehuset Lystrup.

Alle kan deltage men husk at skrive kørestolsbruger nederst på listen (kørestolsbruger medbringer selv hjælper).

Der er 15 pladser og 3 kørestolspladser og det er først til mølle. Tilmelding bliver sat op på opslagstavlen tirsdag d. 15/09 2026. Sidste tilmelding er d. 06/10 kl. 19:00.

Vi er hjemme ved folkehuset ved ca. 16:30.

Vi drikker kaffe hos Strandvejens konditori (Ebeltoft)

Stor hilsen aktivitetsudvalget/Torben Christensen

Mail:joto@c.dk



Kalender - Busture fra Folkehuset Lystrup



Oktober:

Tirsdag den 13. oktober: Æblefestival i Ebeltoft.

November:

Tirsdag den 19. november: Hos Anne Marie og Randers Storcenter.

Dato kommer senere: Juletur til Plantorama og julelys i Hinnerup.

December:

Torsdag den 10. december: Jul i Den Gamle By

Det er næsten gratis at kører med folkehusets busser. Der er dog en lille egenbetaling på 50,- kr. på de lidt længere ture. (Det vil fremgå af tilmeldingslisten).

Alle kan deltage. Man skal tilmelde sig på tilmeldingslisten ved Caféen.

Hvis man er kørestolsbruger, skal man skrive kørestolsbruger nederst på listen (kørestolsbruger medbringer selv hjælper)

Stor hilsen aktivitetsudvalget/Torben Christensen

Mail:joto@c.dk



Faste aktiviteter i Folkehuset Lystrup

Akvarel - og akryl gruppen:

Kontaktperson: Elsebeth Bach: 23 32 16 53 bang-bach@mail.tele.dk

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

Bobspil:

Kontaktperson: Karna Staall: 61 78 81 40

Betty Møller: 51 20 75 40 bettybent@live.dk

Gruppen mødes i Lystrup Folkehus i lokale B, hver onsdag fra 9:30 – 11:30

Damefrokost:

Kontaktpersoner: Else Foged: 28 15 93 55 elsefoged@gmail.com

Annette Rasmussen: 61 77 43 51 anfra@os.dk

Kirsten Bering: 21 40 60 87 hasselhaven87@hotmail.com

Inge Dorete Jarl 20 34 02 86 idjpk37@gmail.com

Vibeke Duelund 29 87 50 17 vibeke@duen.dk

Damefrokosten finder sted den sidste tirsdag i måneden, kl. 13:00 i Folkehuset

Fotoklub:

Kontaktperson: Peder H Kristensen: 29 24 23 15 phisk@phisk.dk

Karsten Thorlund: 20 28 23 37 karsten@thorlund.org

Gruppen mødes i Lystrup Folkehus, hver anden fredag i ulige uger 10 -12

Gåturgruppen og stavgang:

Kontaktperson: Jytte Hjorth 22 98 82 75 Jytte@naxias.dk

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

Herrefrokost:

Kontaktpersoner: Kristian Jacobsen: 20 82 60 55 Kristian@ellehoejen.dk

Henning Hansen: 40 36 11 35 Hah.priv@mail.dk

Herrefrokosten finder sted torsdag midt i måneden, kl. 13:00 i Folkehuset.

Kreativitetsgruppen:

Kontaktperson: Jytte Hjorth 22 98 82 75 Jytte@naxias.dk

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

Kvindegruppe 1 - Morgenfruerne:

Kontaktperson: Berthe Sørensen, 51 92 27 60 berthe@privat.dk

Kvindegruppe 2 - Kulturperlerne:

Kontaktperson: Susanne Ryom: 23 29 77 79 Susanne1304@me.com

Gruppen mødes den anden tirsdag i hver måned, juli og august undtaget.

Kvindegruppe 3 - Anemonerne:

Kontaktperson: Lisa Friberg: 53 58 59 27 lisa-af@email.dk

Gruppen mødes i hver 4. uge året rundt måned, juli og december undtaget.



Faste aktiviteter i Folkehuset Lystrup

Kvindegruppe 4 - Nymferne:

Kontaktperson: Helle Klopp Hansen: 29 20 95 56

klopphansen@hotmail.com Gruppen mødes den første onsdag i hver måned fra kl. 12:00 til ca. 16:00.

Kvindegruppe 5 - Valmuerne:

Kontaktperson: Annette Mølgaard: 30 25 06 57 a.moelgaard@hotmail.com

Vi mødes kl. 10:00 den første tirsdag i hver måned.

Kvindegruppe 6 - Svalerne:

Kontaktperson: Tove Havn: 20 78 29 36 tovehavn@vx800.dk

Gruppen mødes den første mandag i hver måned fra kl. 12:00 -16:00.

Lystrupgutterne:

Kontaktperson: Frank Rasmussen 61 78 43 51 anfra@os.dk

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.

Sang og Musik på tværs:

Kontaktperson: Kirsten Møller: 51 29 70 13 kirsten@ellehoejen.dk

Inger Pedersen: 25 15 44 28 ipbirkehaven@gmail.com

Sang og musik på tværs foregår i Cafeen i Lystrup Folkehus, hver anden mandag i ulige uger 14:00 - 16:00.

Selv Træner Fitness:

Kontaktperson og Fitnessinstruktør:

Bestyrelsesmedlem Helga Johansen: 21 93 92 15 helgajohs@live.dk

Bestyrelsesmedlem Gunnar Bjerglund: 40 27 40 52 gunnar@bjerglund.com

Strikke Cafe:

Kontaktperson: Solvejg Østergaard: 23 34 81 5 oestergaard@post.tele.dk

Gruppen mødes i Lystrup Folkehus i lokale D, hver mandag fra 13:30 til 16.

Spil Whist igen:

Kontaktperson: Anette Skipper: 20 20 79 63 anetteskipper@hotmail.com

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

Trave Gruppen:

Kontaktperson: Vibeke Stendal: 23 67 08 76 vibeke888@gmail.com

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



Kontakt personer i Folkehuset Lystrup

Frivilligkonsulent:

Marianne Keiser 24 78 29 10 mak@aarhus.dk

Brugerrådet Folkehuset Lystrup:

Formand for rådet:

Lars Søgaard 26 51 13 33 lars_susanne@webspeed.dk

Kasserer:

Hans Gissel 40 14 34 14 hans.gissel@post.tele.dk

Medlem:

Frank Rasmussen 61 78 43 51 anfra@os.dk

Avisen Sønderskovhus Nyt:

Aage Jarl Jensen 20 34 08 94 aagejarl@gmail.com

Bent Rise 29 33 72 87 bentrise@icloud.com

Besøgstjenesten Koordinatorer:

Ester Bork Sørensen 22 78 65 55 ester_friis@hotmail.com

Solvejg Østergaard 23 34 81 53 oestergaard@post.tele.dk

Booking bus:

John Berg Olesen 22 94 80 28 ildvognen@yahoo.com

John Duelund 61 72 50 17 duelund@duen.dk

Caféens venner:

Aage Jarl Jensen 20 34 08 94 aagejarl@gmail.com

Flaghejsning:

John Berg Olesen 22 94 80 28 ildvognen@yahoo.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 tjohann13@icloud.com

Kunstforeningen:

Jette Sørensen 24 48 86 55 Jette@bruunweb.dk

Lokalebooking:

Birgitte Jørgensen 20 78 19 17 joebir@aarhus.dk

Træffes mandag, tirsdag, onsdag, torsdag og fredag kl. 08:30—11:30

Stolegymnastik for plejeafdeling:

Tove Johannsen 25 84 31 89 tjohann13@icloud.com



Nyttige oplysninger

Telefonlinjen Pleje og Rehabilitering Distrikt Nord

(hjemmeplejen) Hverdage 08:00-12:00 41 85 77 93

Hovednummer til Sundhed & Omsorgslinjen:

Hverdage 08:00 –12:00 24 59 46 32

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

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

Sundhedsenheder:

Weekend og helligdage

15:00-08:00 86 76 77 21

Forebyggelses Konsulent:

Lina Engen 87 13 31 63 lin@aarhus.dk

Sundhedsklinik Sønderskovhus: (Kun efter aftale)

Tidsbestilling hverdage 08:00-12:00 24 59 46 32

Forstander Plejehjem Sønderskovhus:

Tina Fangel 41 87 39 84

Pedel, Teknisk service:

Peter Søby petsoe@aarhus.dk

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

Så kan du få seniorvejledning ved at ringe på tlf.: 24 27 23 11



Gudstjenester



Gudstjeneste på Sønderskovhus i lokale D:

Onsdag den 21 oktober kl.10.30 v/ Loa Christensen

Nærværgudstjeneste i Lystrup Kirke

Onsdag den 7 oktober kl. 11.00 v/ Iben V. Nordestgaard

Onsdag den 4 november kl. 11.00 v/ Hans Boas

Årstadssang i dagligstuen i Skovhuset:

Efterårssang

Onsdag den 25 november kl.10.30 v/Loa Christensen

Julegudstjeneste Torsdag den 24 december kl. 11.00
v/Iben V. Nordestgaard

Pårørende er meget velkomne til at deltage

Tove Johannsen 25 84 31 89 tjohann13@icloud.com



Bagsiden

SANG OG MUSIK PÅ TVÆRS



Kontaktpersoner:

Kirsten Møller: 51 29 70 13

Inger Pedersen: 25 15 44 28

Mandag 05. okt.	Kl. 14-16:00	uge 41
Mandag 19. okt.	Kl. 14-16:00	uge 43
Mandag 02. nov.	Kl. 14-16:00	uge 45
Mandag 16. nov.	Kl. 14-16:00	uge 47
Mandag 30. nov.	Kl. 14-16:00	uge 49
Mandag 14. dec.	Kl. 14-16:00	uge 51

STRIKKE CAFÉEN: Hver mandag kl. 13:30 – 16:00



**Tirsdag den 19. okt.
kl. 10-12:00
Mødelokale B**

HUMØRKLUBBEN

**Alle er velkommen til en god snak,
over en kop kaffe hos:**

**Susanne, Lystrup Centervej 36.
Tag dit gode humør med, og gå hjem
med et endnu bedre!**

Hver torsdag kl. 15:00 – 16:30

INFO: Susanne 57 70 54 09