

OPGÅNGEN



FOKUS PÅ SUNDHED

Hils på Line

AKVARIEFORENINGEN

Hvad er det egentlig for noget?

FAMILIEKURSUS

Nyt tilbud til familier i Højvangen

REDAKTIONEN



Charlotte Strandgaard
Ansvarshavende
redaktør



Else Hylleberg



Grethe Wallin



Peter Gregersen



Marianne Nielsen



Helene Hennings



Rasmus Møller Vestergaard

Opgangen udgives af afdeling 17 SAB, afdeling 39 og 65 Midtjysk Boligselskab og Projekt Højvangen.

Kontakt redaktionen:

charlotte@projekthojvangen.dk

Layout:

Skanderborg Hørning Produktionsskole
Haidi Cimberly Duly Blirup

Tryk:

Huset Venture - Oplag: 1000 stk.

Næste blad udkommer Juni 2018

Deadline 15. maj. Materiale til bladet sendes som uformateret tekst, billeder sendes ved siden af.

Opgangen udkommer fremover fire gange årligt; nemlig i marts, juni, september og december.

Vi har stadig brug for flere frivillige i redaktionen, så vi kan levere gode historier fra vores område. Hvis du har lyst til at prøve kræfter som ultra lokal journalist, hører vi gerne fra dig. Du får selv stor indflydelse på, hvad du skriver om og hjælp til det, der udfordrer dig.



TAK TIL ALLE FRIVILLIGE

Har du været frivillig i Projekt Højvangen i 2017? Så kom og vær med til Frivilligfesten lørdag 10. marts i Beboerhuset på Grundtvigs Vej. Bo Hubert har lovet at lave et festmåltid (menuen er en overraskelse)...med tre retter mad. Derefter går Cabaret- holdet på gulvet og underholder os med en musikalsk cabaret. Derefter er der mulighed for at hygge sig med andre frivillige og måske få sig en lille svingom. Festen slutter kl. 24.

Tilmelding skal ske senest 5. marts på mail til: charlotte@projekthojvangen eller på sms til: 3074 2690. Det er også muligt at tilmelde sig på facebook under begivenheden (men ikke under delinger af denne begivenhed).

Håber, vi ses :-)

FARVEL TIL OPSLAG I OPGANGENE

Der kommer nu ikke længere opslag op i opgangene i Afd. 17 om Storlegeland, højskoleaftener eller andre aktiviteter. Dette er for ikke at skæmme det nye, fine look i de nyrenoverede opgange. Det betyder, at det i langt højere grad er op til jer beboere i Afd. 17 at holde jer orienterede om, hvad der foregår i området i Projekt Højvangen regi.

Vi bruger først og fremmest facebook til at fortælle om aktiviteter, så følg gerne Projekt Højvangen der. Hvis du ikke vil bruge facebook eller bare hellere vil have information via email, må du meget gerne sende en besked til os om det på: charlotte@projekthojvangen.dk. Beboere på Poul la Cours Vej er selvfølgelig også velkomne til at sende email og få info den-ne vej, selvom vi indtil videre fortsat vil hænge opslag op på opslagstavlerne i Afd. 39.



Projekt Højvangen er et samarbejde mellem afdelingsbestyrelser, boligforeninger, Skanderborg Kommune og en hel masse frivillige.

PRIS FOR ET BLOMSTRENDE FÆLLESSKAB

Torsdag 1. februar var de ansatte i Projekt Højvangen og beboer i Afd. 17, Lissi Eskildsen en tur i Horsens for at modtage en "Mere overskud i hverdagen"-pris hos GF Forsikring. Lissi Eskildsen havde indstillet Projekt Højvangen.

- Det kom sig af, at jeg i sommer var med i haveprojektet, og en dag hvor vi sad nede ved haverne, fik jeg sådan en god fornemmelse af fællesskab – hvor man hilser på hinanden og kender hinanden, fortæller hun.

"Jeg ser et fællesskab blomstre som da jeg selv var barn i Viby j i 1970'erne", skrev Lissi Lykke bl.a. i sin indstilling.

Sammen med flere andre prismodtagere fik Projekt Højvangen diplom og en pengegave på 9300 kr.

Vi har sammen med Lissi Eskildsen besluttet, at pengene skal gå til en Naboskabspulje, som alle beboere i projektets område kan søge til arrangementer, der støtter det gode naboskab. Måske skal hele din opgang inviteres på kaffe og kage? Eller du vil holde en grillaften i gården? Ansøgningskemaer kan hentes på projektkontoret på Grundtvigs Vej, og der kan søges om max. 500 kr. pr. arrangement. Der vil ved uddeling være fokus på nye tiltag, der sigter mod at få beboere, der ikke i forvejen er aktive i området, til at være med.

HAR DU TALT MED DIN NABO I DAG?

Vi lever i en kommunikationstid, hvor det er lettere end nogensinde før at dele sine budskaber med andre og komme i kontakt med både familie, venner og nye mennesker. Takket være mobiltelefoner, facebook, snapchat. Alligevel opleves ensomhed af rigtig mange i vores samfund. De sociale medier kan også få mennesker til at føle sig koblet af fællesskabet, fordi man i så høj grad præsenteres for andres fællesskaber netop på disse medier.

I vores verden kan de sociale medier aldrig erstatte det fysiske møde mellem mennesker. Der, hvor man ser hinanden i øjnene og slår en sludder af.

I Projekt Højvangens område er der 559 husstande, og i 47 pct. af dem, bor der kun en enkelt person. Nu behøver man jo ikke være ensom, blot fordi man bor alene, men risikoen for, at man ikke har meget kontakt til andre, er til stede. Især hvis man også af forskellige årsager ikke er på

arbejdsmarkedet eller ikke har børn eller børnebørn i nærheden.

Det kan være svært at få taget kontakt til andre mennesker. Måske har man dårlige erfaringer, er blevet skuffet tidligere og synes, det er nemmere og trykkeligere at holde sig for sig selv?

Men hvis nu vi alle rækker hånden lidt mere ud mod hinanden, bliver det måske nemmere.

Hvis vi inviterer på en kop kaffe, stopper op for at snakke eller bare hilser på hinanden, når vi mødes i vaskeriet eller i opgangen. Vi håber, at I vil være med til at skabe nye møder, række hånden ud mod nogle, der kunne have brug for det og være kreative i forhold til at søge den nye Naboskabspulje.

Lad os gå hinanden og foråret i møde.

Peter og Charlotte

SUNDHED I HØJVANGEN

Hejsa! Jeg hedder Line Vindbæk Andersen og jeg har påbegyndt et projekt, som skal sætte fokus på sundhed i Højvangen.

Det er min tanke, at projektet skal bygges på jeres ideer til, hvad I har brug for og hvad I synes er spændende at lave eller snakke om i forhold til sundhed. Derfor er der ikke besluttet noget på forhånd, men jeg håber, at vi kan sætte gang i nogle træningshold og nogle snakke om sundhedsvaner.

I den første periode vil jeg bruge tiden på, at snakke med en masse af jer og lære området at kende.

Jeg har arbejdet med sundhed i mange år og er uddannet kandidat i idræt. Jeg er ansat hos Skanderborg Kommune og kommer til at være i Højvangen to gange om ugen.

Sundhed kan handle om mange ting, f.eks. søvn-problemer, struktur i hverdagen, trivsel, mad, alkohol, stress, motion og rygning.



Siden 1. November har skolelederen på Niels Ebbesen Skolen heddet Mari-Ann Togsverd. Den 58-årige erfare skoleleder kom til NES fra en stilling som leder ved Center for Læring i Aarhus Kommune. Hun har tidligere været skoleleder på Engdalsskolen i Aarhus.

Jeg søgte stillingen på NES, fordi NES er en mangfoldig skole, der repræsenterer bredden i det danske samfund ganske godt, siger Mari-Ann Togsverd.

I løbet af de seneste fire måneder har hun så småt fået lært skole, ansatte og elever at kende.



Kontakt mig mandage og onsdage fra 10-12 på Projekt Højvangens kontor i Beboerhuset på Grundtvigsvej 50. Du er også altid velkommen til at ring eller skrive til mig på tlf. 24926013, mail Lva@skanderborg.dk

Sundhedssamtaler

Sover du dårligt?

Vil du gerne spise sundere?

Vil du gerne bevæge dig mere?

Har du svært ved at overskue hverdagen?

Ryger du?

Drikker du for meget alkohol?

Passer noget af det på dig og har du lyst til at ændre vaner, så kan jeg tilbyde sundhedssamtaler, hvor vi sammen kan arbejde frem mod dit mål.

Kontakt mig på 2492 6013/Lva@skanderborg.dk eller kig forbi projektkontoret på Grundtvigsvej mandag eller onsdag kl. 10-12

NES HAR FÅET NY SKOLELEDER

Af Charlotte Strandgaard

Noget, jeg holder meget af på NES, er at der er morgensang for eleverne i både indskoling og på mellemtrinnet, ligesom der er mange andre gode traditioner. Jeg er også imponeret over den opbakning, skolen møder blandt forældrene og over elevernes faglige resultater, siger den nye skoleleder.

Et af Mari-Ann Togsverds ønsker for skolen er, at eleverne skal komme til at møde endnu mere variation i deres skoledag og dermed opleve endnu større trivsel.



Jytte Ramlov står for forældredelen af Familiekurserne, mens Peter Gregersen og Rasmus Møller Vestergaard tager sig af børnedelen.

FAMILIEKURSUS I HØJVANGEN

Af Jytte Ramlov

Nu har vi skudt gang i Familiekurser i Højvangen. Otte familier mødes hver torsdag i Beboerhuset på Poul la Coursvej for dele erfaringer med det at være en familie. Vi har fået Kompetencecentret til at lave aftensmad til os, sådan at forældre og børn sammen nyder et måltid mad, inden selve programmet.

Peter og Rasmus står for børneprogrammet for de omkring 20 børn i forskellige aldre. De har planlagt et program for børnene, hvor der både er plads til aktiviteter og hviletid.

Jytte står for forældregruppen. Der kommer hver gang oplægsholdere, som til daglig arbejder med de temaer, de kommer og fortæller om. De inspirerer til en snak i forældregruppen om, hvordan man som familie, kan få en daglig-dag til at fungere, og hvordan man bedst støtter sine børn i deres trivsel og udvikling. Vi skal omkring emner som: "Forældreroller", "Sunde vaner i familien", "Lækre madpakker" og "Leg og samvær". Vi slutter af med et kursusbevis til både til voksne og børn.

Vi ønsker at kurset skal give ny inspiration og god energi til de familier, som har afsat hver torsdag i 10 uger for at blive klogere på det at være en familie.



Familiekurserne er en indsats i den bolig-sociale helhedsplan Projekt Højvangen.

Konceptet for kurserne er udviklet i et tæt samarbejde mellem ressourcpersoner fra Skanderborg Kommune (Børn & Unge, Kompetencecentret, Familiehuset, Sundhedsplejen), forældrerepræsentant og Projekt Højvangen. Kursusforløbet evalueres til sommer, og vi forventer, at familiekurset gentages til efteråret.

DE UNGE STYRER

Af Rasmus Møller Vestergaard

Vi har i Højvangen lavet et Ungeråd, som skal have fokus på mere medbestemmelse fra de unge. Ungerådet mødes hver anden uge i Højvangens klub "Åndehullet", hvor vi spiser og gennemgår aftenens dagsorden. Dagsordenen til mødet laver de unge selv, så det bliver deres ideer og forslag, der bliver taget op til dialog. Når mødet er slut har man mulighed for at blive en time efterfølgende og være sammen med sine Ungeråds-venner i Åndehullet.

Ungerådet er en rigtig fed mulighed for at udføre nogle fælles ideer sammen i et fællesskab.

Ungerådet er kun lige startet op og vi står klar med åbne arme overfor nye medlemmer. Du kan gå ind og give Ungerådets facebook-gruppe "Ungeråd Højvangen 2018" et klik.



Ungerådet i Højvangen er en del af den boligsociale helhedsplan Projekt Højvangen. Formålet er at give børn og unge erfaringer med at deltage i beslutningsprocesser og give dem nye personlige og faglige kompetencer, ligesom det skal give dem positive oplevelser i et meningsfuldt fællesskab.

Rasmus Møller Vestergaard og Peter Gregersen er tovholdere for Ungerådet. De og Ungerådet samarbejder med den frivillige forældregruppe, der står for Åndehullet. Sammen har de bl.a. planlagt en tur med overnatning for områdets unge til april.

Hvis man gerne vil være med eller er interesseret i at høre mere, kan man kontakte Rasmus på tlf: 2424 5053 eller Peter på tlf: 4030 9581.



Fotos: Henrik Bjerg

HØJVANGENS HAVER BLIVER SMUKKERE I 2018

Af Charlotte Strandgaard

Smukfonden har valgt at støtte projektet "Sammen gror vi" i Højvangen med 50.000 kr.

Pengene er givet specielt til, at haverne skal blive et sted, som også områdets unge mennesker tager del i.

Vi vil meget gerne lave noget med enten udekøkken eller en pizzaovn, som også kan få de unge ud af deres værelser og med ned og spise sammen i haven, siger Pernille Benzon, der er formand for foreningen "Sammen Gror vi" og fundraiser for haveprojektet i Højvangen. Ud over Smukfonden har også Skanderborg Kommunes Skøn-pulje givet tilsagn om et bidrag til haverne.

Vi har også søgt lidt større fonde i håb om, at vi kan lave et væsentligt større projekt – gerne med frugttræer, jordlodder til dyrkning og et terapeutisk område, siger Pernille Benzon. Det ligger fast, at Tine Sædholm Pedersen vil være fast tovholder på haveprojektet ligesom sidste år.

Inden længe flyttes 16 mobile haver fra Niels Ebbesen Skolen til boligområdet. De placeres dels i Afd. 65 på Poul la Cours Vej, dels ved beboerhuset på Grundtvigsvej og ved det nye grillområde på Grundtvigs Vej.

Havesæsonen starter op med en infohygge-aften i Beboerhuset på Grundtvigs Vej onsdag 14. marts. Følg Projekt Højvangen på facebook for at se det præcise tidspunkt. Her vil haveholdet fra sidste sæson gå i køkkenet og tilberede lidt lækker mad, som vi nyder sammen med information og planlægning af den kommende sæson. Alle – unge som gamle – er meget velkomne denne aften.

"Haverne tilføjer området noget mere udeliv. Vi håber, at alt det positive fra sidste år vil vokse sig endnu større i år, og at endnu flere beboere i området har lyst til at være med denne sæson".

Erling Weber Jensen,
direktør i SAB og formand
for Projekt Højvangens bestyrelse.

OVEN OVER SKYERNE ER HIMLEN ALTID BLÅ

Af Grethe Wallin

Når vi ser op mod himlen, ønsker vi som regel at se en klar, blå himmel.

Men ofte er der skyer. Men hvad er skyer?

Skyer består af vanddråber eller af iskrystaller. Vandet kommer ned som regn, eller som hagl, når der er tilstrækkeligt koldt. Sne er frossen vanddamp. Prøv engang at se på et snefnug. Det ligner en lille sekstakket stjerne. Alligevel er der ikke to snefnug, der er ens. Har du lagt mærke til, at skyerne kan lyse om natten?

Det sker fordi, solen stadig kan skinne på dem, selv efter den er gået ned. Det kan lade sig gøre med skyer, der befinder sig i mere end 83 kilometers højde. Almindelige skyer er normalt i 13 kilometers højde. Forskerne mener, at de lysende natskyer består af mikroskopiske iskrystaller dannet på støvpartikler.

Meget sollys reflekteres bort af et skydække. Hvor meget bestemmes af, om skyerne indeholder is og af partikeltætheden. Hvis man sidder i et fly, ser skyerne altid hvide ud. Det er fordi, skyerne tilbagesender omtrent halvdelen af det solskin, der rammer dem. Når vi slikker sol, bliver det koldere, når solen forsvinder bag en sky. Det er fordi en del af solens stråler bliver bremset af skyen, så strålerne ikke når jorden.

Der er forskellige slags skyer; der er hvide lammeskyer og de næsten sorte tordenskyer. Når vi vil nyde en dejlig dag, skal der helst ikke være skyer. Men hvis vi trænger til regn, spejder vi efter bare en lille sky. Kan vi ikke blive enige om, at skyer kan være både smukke og irriterende? Regn er nødvendigt for liv – bare ikke lige det regner, når vi skal på skovtur.

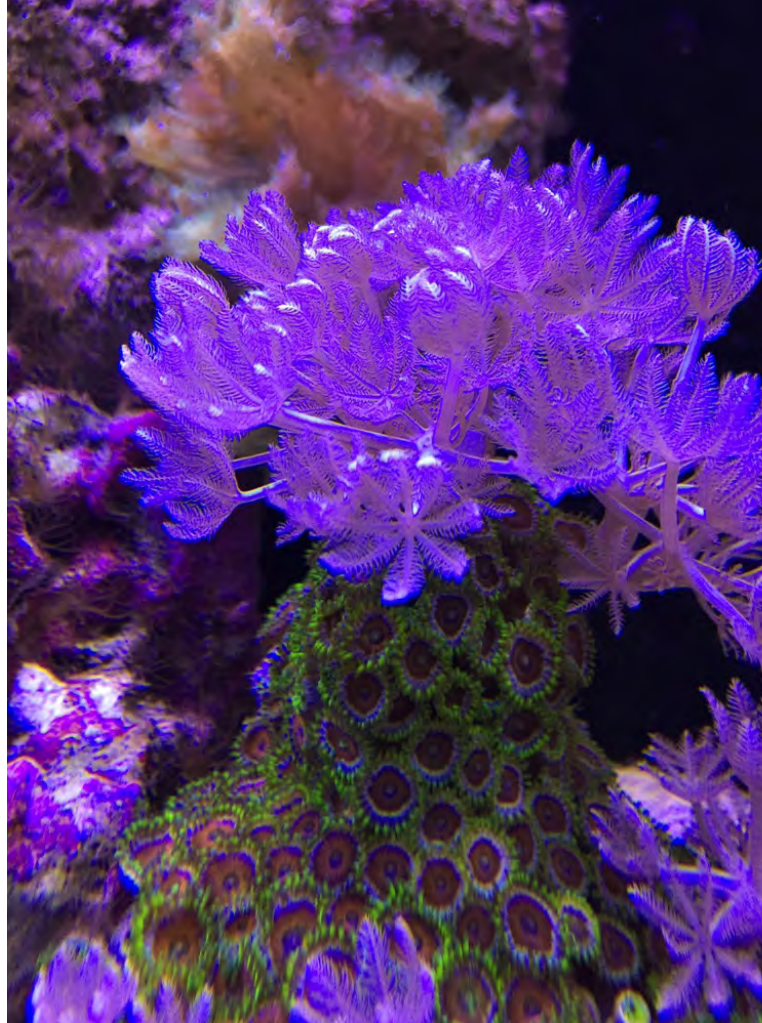
SKANDERBORG AKVARIEFORENING - HVAD ER DET EGENTLIG FOR NOGET?

Af Marianne Nielsen

Dette satte jeg mig for at undersøge. Jeg fik fat i selveste formand Jan Stubbe, og han indvilligede i at hjælpe mig med at blive klogere på ovennævnte.

Jan Stubbe er 56 år og kommer fra Århus. Han har altid været fascineret af fisk og koraler så langt tilbage, han husker. Jans far og farfar var også akvarie-entusiaster, så han har ligesom fået det ind med modermælken, som han siger. Jan var aktivt medlem i Århus Akvarieforening. Da han flyttede her til Højvangen, grundlagde han Skanderborg Akvarieforening, da der ikke fandtes sådan en. Jan har i øjeblikket selv akvarier med sommerfugle- cichliden fra Bolivia og koraler (som er levende) i alle mulige farver.

Skanderborg Akvarieforening mødes fast den 1. tirsdag i hver måned fra kl. 19. Der er altid frisk kaffe, sodavand og kage til de fremmødte. Medlemmerne snakker om fisk – naturligt nok, men de har også små sjove auktioner på forskellige ting til akvarier, billigt selvfølgelig. Sommetider har de også udefrakommende, som holder foredrag. Først i februar havde de besøg af en kvindelig biolog, som fortalte om sin lidenskab, nemlig asiatiske kampfisk. Næste foredrag holdes i april – og alle interesserede er velkomne.



Foreningen holder i øjeblikket til i beboerhuset på Grundtvigsvej, men flytter snart i egne lokaler.

Skanderborg Akvarieforening startede som en facebookgruppe i november 2015. Siden er der kommet en bestyrelse til,

og foreningen har også fået et tilholdssted her i Højvangen. Foreningen er medlem af Dansk Akvarie Union, som er landsdækkende. Facebookgruppen har omkring 50 medlemmer, og i den aktive forening er der indtil videre syv medlemmer.

Er man også akvarie-entusiast, måske selv har et akvarie, eller bare er nysgerrig, så er man meget velkommen i foreningen.

Hvis man er aktivt medlem af foreningen, har man også mulighed for, at få 20% rabat i Tropeland Skanderborg. Ved spørgsmål, eller brug for mere information, er der hjælp at hente på akvarieforeningens hjemmeside: www.skan-akva.dk





S T O R L E G E L A N D I H Ø J V A N G E N





STORLEGELAND ER ET HIT

Af Peter Gregersen

Storlegeland er et hit, med rekorddeltagelse, skrev Ugebladet.

Ja, der har aldrig været så mange børn som denne gang og heldigvis var der mange frivillige hjælpere. De fleste frivillige brugte fire dage på at gøre lege-landet til den succes, det blev.

Der var: Lone og Andreas, Mikkel, Paw, Olivia, Michael, Nick, Sasja, Nina, Pernille, Heidie, Simon med bokning, Alf med løbeklub og Produktionsskolen med Mille, Emma, Nicklas, Ina og Rebecca, der lavede ansigtsmaling, neglelak og meget mere. Skanderborg Cirkusklub kom hver dag og lavede cirkuskunster og Viola viste slanger og mus frem.

Der blev leveret hjemmebagte boller og kage af Karina, Sasja, Susanne, Frank, Mala og Lene.

Er det ikke bare fantastisk, med al den opbakning her i Højvangen? Altsammen for at give børn og deres forældre en vinterferie, hvor de kan møde deres venner, lege og være fysisk aktive, brænde krudt af eller slappe af og hygge. Der er ikke et fast program der skal følges, som i hverdagen. Her kan man selv finde på og udfolde sig efter dagsformen. Tusind tak for denne gang og tak til Gymnasiet og Niels Ebbesen skolen for lån af faciliteter. Vi ses i efterårsferien.

HØJSKOLEAFTEN MED BARSK LIVSFORTÆLLING

Af Charlotte Strandgaard

Torsdag 18. januar fyldtes salen i beboerhuset på Grundtvigsvej med nysgerrige tilskuere, der ville høre den afghanskfødte radiovært, Geeti Amiri historie. Og den 28-årige kvinde fængede publikum fra starten med sin medrivende beretning om at være flygtet fra sin voldelige storebror og sit barndomshjem som 17-årig for derefter at vær overladt til sig selv de næste seks år. Det blev åbenlyst, at Geeti Amiri havde betalt en høj pris for sin frihed i kraft af, at den kostede hende netværk og familie.

Geeti Amiri er stoppet som offentlig person og har påbegyndt lærerstudiet i stedet.

Mit mål er, at alle børn i Danmark skal vokse op med friheden til at bestemme over sig selv og deres egen krop, sagde hun blandt andet.

Der blev stillet rigtig mange spørgsmål fra salen, og debatten kom blandt andet omkring tørklæder, svømmeundervisning og kvindefrigørelse.

Til arrangementet var Bo Hubert, Sasja og Dan gået i køkkenet og serverede en dejlig sund buffet med masser af salat, brød, rejer og tærte.

Der er højskoleaften igen onsdag 11. april kl. 17-20 i Beboerhuset på Poul la Cours Vej.

Her får vi besøg af Theodor Langston fra Svejstrup, der vil fortælle om sin tur i bil fra Svejstrup til Kasakhstan og tilbage igen.



Fotos: Helene Henningsen



FRIVILLIGE HJÆLPER FLYGTNINGE MED LEKTIERNE

Af Charlotte Strandgaard

Det er en af de travle aftener i Dansk Flygtningehjælps lektiecafe på Poul la Cours Vej, da Opgangen kigger forbi. Lejligheden på Poul la Cours Vej 5 emmer af koncentration. Omkring et stort bord sidder fem nydanskere fordybet i skolearbejde, og ved en pc bagved er en stor dreng i gang med en skoleopgave om Pelé. To frivillige hjælper denne aften med alt fra matematik, sygeplejefag og samfundsfag. Nawid, der kommer fra Afghanistan, er i Lektiecafeen med sin kone, Samira og deres lille datter.

Næste dag venter en eksamen i samfundsfag, og derfor vil han gerne lige have helt styr på begreber som kultur og modkultur.

En god fornemmelse

En 7.-klasses dreng får hjælp til matematik af Per Vester, der står for tilbuddet om lektiehjælp og har gjort det igennem 7 år.

Da jeg begyndte her, kom der en del flere børn, og jeg tror, at det skyldes skolereformen, at der ikke kommer så mange børn mere.

Tre gange om ugen stiller han sig til rådighed for børn og voksne med indvandrerbaggrund.

Jeg begyndte egentlig her, fordi jeg på et tidspunkt var arbejdsløs og gerne ville lave noget. Jeg er blevet ved, fordi jeg kan se, at vi virkelig hjælper folk, fortæller han.

Det at hjælpe i Lektiecafeen giver også Per Vester en masse igen:

Uanset hvilken dag jeg har haft på arbejde, så har jeg altid en rigtig god fornemmelse, når jeg kører hjem fra Lektiecafeen. Han har igenem årene oplevet at få mange relationer til brugere af Lektiecafeen.

Noget af det bedste, er at blive ringet op af en, der har fået et 10-tal. Det er fantastisk, siger han.

Plads til flere

Lektiecafeen vil gerne, at endnu flere børn og voksne vil lægge vejen forbi mandag, tirsdag eller torsdag.

Vi kunne også godt tænke os, at nogen af de flygtninge, der går på Sprogskolen kunne bruge os.

Der er i øjeblikket seks frivillige, der skiftes til at hjælpe i Lektiecafeen.

Vi kan godt bruge flere frivillige, og vi stiller ikke krav til, hvilket niveau, man kan hjælpe på. Det vigtigste er, at man kan møde både børn og voksne i øjenhøjde, siger han.

De frivillige og brugerne i Lektiecafeen deltager også i den store årlige fest, som Dansk Flygtningehjælp holder i Skanderborg.

Det er en rigtig god dag med mad og musik og mange mennesker, der er rigtig glade og taknemmelige, fortæller Per Vester.

Denne vinteraften i Lektiecafeen virker det også til, at både brugere og hjælpere er glade og godt tilfredse.

Sådan er det altid her – vi hygger os imens vi arbejder, siger Per Vester.

Lektiecafeen på Poul la Cours Vej 5, st. Har åben hver mandag og torsdag kl. 19-21 og hver tirsdag kl. 15.30-17.30. Hvis man har fået lyst til at være frivillig eller høre mere om jobbet som frivillig lektiehjælper, kan man kontakte Per Vester på per_vester@hotmail.com



SJOV FODBOLD HELT GRATIS

Læs her, hvis dit barn er mellem 6-10 år.

Vi er tre unge drenge på 12, 13 og 14 år. To af os har taget en DGI-træneruddannelse i street soccer. Vi har lige nu 7 ledige pladser på street soccer-holdet hver fredag kl. 17- 18 i Gymnasiehallen, sal 2.

Vi spiller ikke helt normal fodbold. Street soccer går nemlig ud på at have det sjovt sammen, spille på små mål og lave tricks.

Hvis du gerne vil tilmelde dit barn til street soccer, skal det ske på tlf. 24245053 til Rasmus, Projekt Højvangen.

Med venlig hilsen

Niddi, Nicolai og Denuson



FODBOLD OG FIFA - TURNERING

Af Rasmus Møller Vestergaard

Tolv børn og unge mødte op lørdag 27. januar ved Gymnasiehallen, da de havde meldt sig til arrangementet: "Fodbold og Fifa – turnering".

De unge mennesker var først lidt aktive, inden de skulle videre over i Højvangens klub "Åndehullet". Den aktive del stod på fodbold i halvanden time, hvorefter vi mente, vi havde svedt nok. Vi pustede ud og gik alle over i Åndehullet for at spise hjemmelavede sandwiches.

Endelig kunne Fifa- turneringen med gruppespil, semifinaler og finale sparkes i gang. Der blev spillet godt af både piger og drenge, men den heldige vinder blev Mads Gadkjær, som løb afsted med to biografbilletter.

Jeg takker for en hyggelig lørdag med de unge mennesker - en sand fornøjelse.



UNGE LAVER LAN

Torsdag i vinterferien havde Mikkel Kure, Paw Andersen og Patrick Kallegård arrangeret LAN-aften for børn og unge.

14 børn og unge spillede og hyggede sig hele aftenen og natten med.

Paw, Mikkel og Patrick glæder sig til at arrangere LAN igen.



WEEKENDTUR FOR HØJVANGENS UNGE TIL GÅSEFARMEN

Af Rasmus Møller Vestergaard

Alle unge i Højvangen er inviteret med på en overnatningstur til Gåsefarmen på Hem Odde d. 21/4 – 22/4.

Gåsefarmen er en stor udlejningshytte beliggende i naturskønne omgivelser ved Mossø. Det er de voksne fra Åndehullet og undertegnede, der har arrangeret turen og som tager med de unge.

Vi ser frem til at have børn og unge med på en hyggelig tur med fiskeri, grill, beach volley, konge-spil, fodbold og ren hygge.

Lidt praktisk:

Vi betaler mad og ophold.

Du skal have den dyne eller sovepose med.

Vi betaler lidt slik og godter.

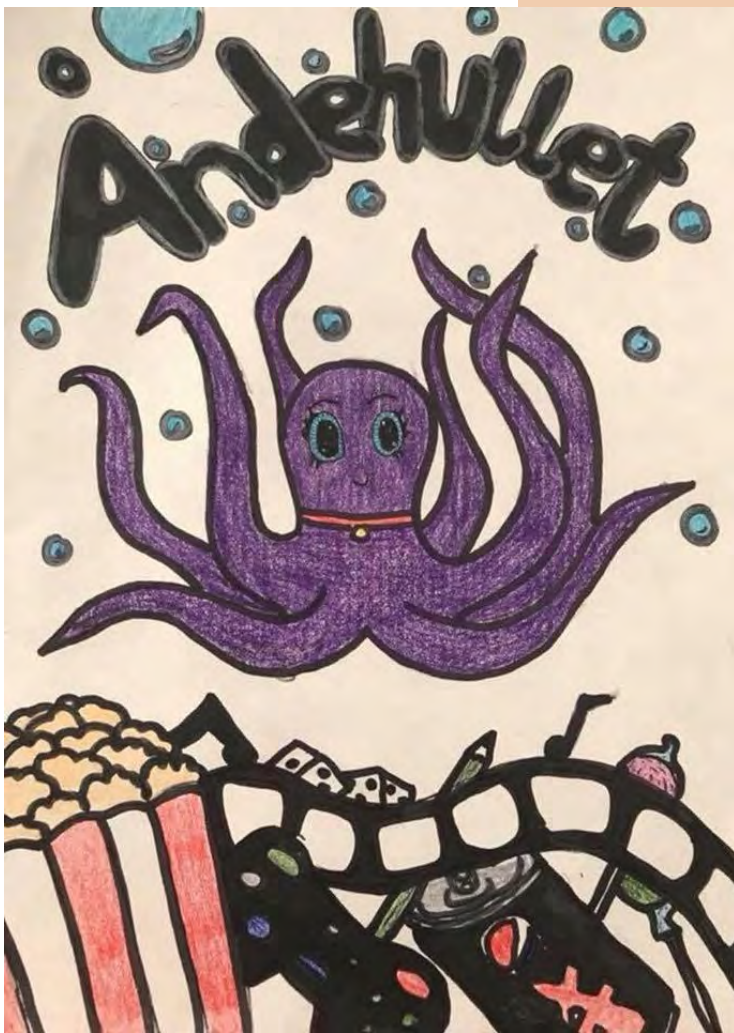
Vi tager afsted lørdag d. 21/4 kl. 10.00 med en bus, der kommer og henter os.

Vi tager hjem søndag d. 22/4 kl. 11.00.

Du skal selv have fiskestang med.

Du skal have godt humør med.

Hvis du gerne vil med kan du ringe eller skrive til Rasmus på tlf: 24245053



NYT FRA ÅNDEHULLET

Af Marianne Nielsen

Konkurrencen om det nye logo er afsluttet, og vinderen blev Victoria Fisker, med en rigtig flot tegning. Victoria kunne hente en valgfri pizza og en sodavand fra Just eat. Stort tillykke herfra. Allerede nu er tegningen ved at blive til et flot logo på vores indgangsdør. Gå hen og kig, hvis I ikke allerede har været det. Vi har fået sponsoreret maling, så de unge kan male en fed væg i Åndehullet. Vi har indkøbt en masse nye brætspil og Twister. Og så har vi fået et lånerkort, så vi kan låne PS4 spil på biblioteket.

I januar var vi på besøg i ungdomsskolen – vildt spændende. Det er helt klart ikke sidste gang, vi går derhen. De har rigtig mange gode gratis fritidsaktiviteter.

I vinterferien har vi en overnatning i Åndehullet med masser af film, spil og hygge. Der vil selvfølgelig være friskbagte boller til morgenmad.

Vi har mange flere planer de næste måneder: Vi skal i biffen – på overnatning i samarbejde med Projekt Højvangen og PLC vej – i svømmehal og meget mere. Så er du ung, så kom dog ned og hyg med os hver torsdag fra kl. 19.

”Kiosken” er fyldt med nye lækkerier. Ta’ også et kig på vores aktivitetskalender som altid er på vores Facebook-gruppe: Åndehullet 11-17år.

MARTS

HYGGE

1. MARTS

MALE PÅ VÆG & HYGGE

8. MARTS

BIOGRAF-TUR I SKANDERBORG

15. MARTS

MALE PÅ VÆG & HYGGE

22. MARTS

LUKKET (HELLIGDAG)

29. MARTS

APRIL

UNGDOMSSKOLEN

5. APRIL

TWISTER-TURNERING

11. APRIL

LUKKET

19. APRIL

TUR TIL GÅSEFARMEN

21. APRIL

HYGGE

26. APRIL

MAJ

SVØMMEHAL

3. MAJ



BEBOERE VÆLGER FORSKELLIGE KØKKENER

Af Anita Skarregaard Didriksen

Vi er nu nået så langt i renoveringsprocessen, at opgang 25 begynder at tage form af, at de genhusede beboere snart kan flytte hjem igen. Det har været en ordentlig omgang med mange forsinkelser grundet mange og store uforudsete udfordringer i byggeriet. Det har selvfølgelig været frustrerende for beboerne, men det har samtidig betydet, at der er kommet flere ting med ind i renoveringen. Blandt andet vil der komme nye gulve i alle boligerne, hvilket tidligere ikke var med i projektet.

I skrivende stund er køkkener ved at blive installeret, og der tegner sig et rigtig fint billede af beboerdemokratiets betydning og indflydelse i renoveringsprocessen. Ud fra en række muligheder har beboerne selv kunnet vælge, hvordan deres køkken skal se ud. I opgang 25 er der nærmest ikke to køkkener, der er ens. Vi er super glade for, at kunne give beboerne denne mulighed, og håber det skaber mere ejerskab, og en god følelse for beboerne af, at dette er netop DERES hjem.

Vi forventer tilbageflytning af opgang 25 den 7. og 8. marts 2018, og herefter genhusning af opgang 21 den 12. og 13. marts.

NYHEDER FRA POUL LA COURSVej

REFERAT FRA BESTYRELSESMØDE I AFD. 39

Af Peder Sørensen

Afdelingsbestyrelsen og Projekt Højvangen har efter fælles aftale fået det lille kontor ved Beboerhuset på Poul la Cours Vej renoveret. Kontoret er blevet malet, og der er indkøbt nye møbler. Fremover vil kontoret blive brugt af både afdelingsbestyrelse og af Projekt Højvangen. Der bliver opsat kliktavler ved kontoret i Beboerhuset og ved vaskeriet.

Beboerhuset skal have en gulvafslibning, gulvet skal lakeres, væggene skal males, vinduerne skal pudses og lamelgardinerne skal rengøres. Der skal være en rengøringsaftale om, at gulvet gøres rent en gang ugentligt. Der opsættes kliktavler i Beboerhuset til husorden.

Vi diskuterede hjertestarter og hvis vi skal have en sådan, skal det op på beboermødet.

Vi havde desuden en diskussion om facebook, og hvad der kan gøres ved chikane her.

FARVEL OG GODDAG

Af Anita Skarregaard Didriksen

Den 31. januar har Midtjysk Boligselskab og dermed afdeling 39 på Poul la Cours Vej sagt farvel til ejendomsfunktionær Klaus Koch, som efter 11 år i selskabet har valgt at gå på efterløn. Klaus har de sidste år huseret på Poul La Cours Vej, så I kender ham nok alle sammen mere eller mindre. Vi siger Klaus stor tak for indsatsen, og ønsker ham alt godt i sit nye "job" som efterløner, hvor han skal starte tilværelsen med en tur til USA med sin kone. Heldigvis er det jo altid sådan, at når en dør lukkes så åbnes en ny, og vi er derfor glade for at byde velkommen til Kim Hagen som overtager Klaus arbejdsfunktioner. Kim har været vikar i en periode tidligere, så han kender kollegerne og arbejdsopgaverne. Vi håber, at I alle vil tage godt imod Kim.



Klaus Koch er gået på efterløn
efter 11 år
i Midtjysk Boligselskab



Velkommen til Kim Hagen

NYT FRA AFD. 17

Af Helle Simonsen

Så er vi kommet et stykke ind i 2018.

Vi startede året med at afholde fest for vores frivillige i 2017. En rigtig hyggelig aften. Endnu engang tak for jeres store hjælp.

Vi er færdige med renoveringen og går nu i gang med vores egne tiltag i forhold til byggeriet. Askebægerne ved opgangene er på vej og hund- affaldspose- stati-verne er også på vej op. Vi ser flere biler, som holder i brandvejene, hvilket selv-følgelig ikke er tilladt.

Der er også nogle af jer beboere, som vælger at par-kere ud foran affaldsøerne. Dette er heller ikke tilladt. Der strammes nu op angående dette. Parkeringsplad-serne vil blive optegnet, både til lejlighederne og ud foran rækkehusene. Vi gør også opmærksom på, at det heller ikke er tilladt, at holde på fortovet ved beboerhuset. Og lejer du/I beboerhuset, er det heller ikke tilladt for

jeres gæster. De skal på lige fod, som os andre holde på P- pladserne.

Entredørene til de " gamle " lejligheder vil blive skiftet i løbet af sommeren. Der er ved at blive afhentet tilbud til den nye store affaldsø. Når den bliver sat i gang, bliver de to store blå containere fjernet. Der vil komme låse-system på, så udefra-kommende ikke kan smide deres affald i.

Vi ser stadigvæk, at nogle tilføjer eget vaskemid-del og skyllemiddel i vaskemaskinerne i fælles-vaskerierne. MASKINERNE DOSERER SELV AF SÆBE OG SKYLLE-MIDDEL. Så lad være med at tilføje ekstra sæbe, da det ødelægger maskinerne på længere sigt..

Hvor er det blevet et flot sted at bo. Dejligt at se så mange, der tager del i vores område, så vi beholder det



DET SKER I HØJVANGEN

01.03.18 - 31.06.18

MARTS

FRIVILLIGFEST & CABARET

10. MARTS

INFOAFTEN OM HAVEPROJEKTET "SAMMEN GROR VI"

14. MARTS

Der serveres lidt mad og en masse hygge. Kom og hør, om det kunne være noget for dig at få lidt jord på fingrene.

BYDELSMØDRENE MÅNEDSMØDE

20. MARTS

FÆLLESSPISNING

20. MARTS

APRIL

HØJSKOLEAFTEN MED THEODOR LANGSTON

11. APRIL

Theodor Langston satte afsted fra Skanderborg sammen med to kammerater i en bil mod Kasakhstan. Målet var at tage ud og undersøge, hvordan det var at være ung i de lande, de kørte igennem på deres rejse.

Theodor vil fortælle om rejseoplevelserne og om sine erfaringer på landevejen og mødet med unge fra andre lande.

FÆLLESSPISNING

17. APRIL

WEEKENDTUR TIL GÅSEFARMEN FOR UNGE

21.- 22. APRIL

BYDELSMØDRENE MÅNEDSMØDE

24. APRIL

MAJ

FÆLLESSPISNING

15. MAJ

JUNI

SOMMERFEST I HØJVANGEN

2. JUNI

SKANDERBORG CIRKUSKLUB

Kom og vær med i Skanderborg Cirkusklub, der øver hver tirsdag kl. 16.30-18.30 i Gymnasiehallen på højvangens Torv.

Alle er meget velkomne til at komme og prøve kræfter med cirkusartisteri.

HÅNDARBEJDSKLUB

Gratis

Mandag kl.:19-22 Beboerhuset, N.F.S Grundtvigsvej 50 for alle Over 18 år.

VOKSEN AFTEN

Gratis

Hver onsdag kl.: 19-22 Det er for alle. Beboerhuset, N.F.S. Grundtvigsvej 50

GREJBANKEN

Lån bolde m.m gratis
Ved Mikkel Kure Olsen
Ring 40 60 70 78

AKVARIEKLUBBEN

Beboerhuset,
N.F.S. Grundtvigsvej 50
1. tirsdag i måneden kl 19.30-22.30
Alle er velkommen

LEKTIECAFE FOR FLYGT- NINGE OG INDVANDRERE

Mandag og torsdag kl. 19-21
Tirsdag kl. 15.30-17.30 Poul La
Coursvej 5, V.111

BYDELSMØDRENE I SKANDERBORG



Bydelsmødrene er en forening for kvinder, der har taget uddannelsen til Bydelsmor.

Bydelsmødrene holder til i Børnehuset i Højvangen og mødes den sidste tirsdag i måneden.

Bydelsmødrene deltager i flere aktiviteter i Højvangen, som f.eks. at lave mad til Fællesspisning og arrangere zumba-aftener for kvinder.

MEDITATION & MASSAGE



Med jævne mellemrum inviteres der til gratis massage og meditation i wellness-rummet i Beboerhuset på Grundtvigs Vej.

Hold øje med Projekt Højvangens facebook-side, hvor tidspunkterne annonceres.

BASKET FOR BØRN & UNGE

Onsdag fra kl. 19-20.30
I gymnasiets lille hal 1
Gratis for alle

FÆLLESSPISNING



Den tredje tirsdag i måneden er der Fællesspisning i Beboerhuset på Grundtvigs Vej 50.

Det er frivillige, der står for at planlægge, lave mad, dække borde, sælge sodavand og rydde op. Der er som regel 60-80 gæster til Fællesspisning.

Tilmelding kan ske på facebook (Projekt Højvangens side under begivenheden) eller ved at skrive sig på de lister, der bliver hængt op i Beboerhusene.

Pris: 0-5 år: Gratis, 6-15 år: 15 kr. 16 år og opefter: 35 kr. Betaling sker kontant på selve aftenen. Fællesspisning holder sommerpause fra juni til august.

CAFÉEN

Cafeen i beboerhuset på Grundtvigsvej er åben for alle Mandag-fredag fra kl. 8 og indtil, der ikke er flere folk i cafeen - dog senest kl 15. Kaffen er gratis, og morgenbrød kan købes for 10 kr.

ÅNDEHULLET

Kun for teenagere og unge
Torsdage kl. 19-22
Chr. Koldsvej 10, Gavlen

MANDAGSCAFÉ PÅ POUL LA COURS VEJ



Hver mandag kl. 10-12 er der kaffe på kanden og brød på bordet i Beboerhuset på Poul la Cours Vej. Det er Sasja Krogh, der er initiativtager og tovholder på cafeen.

Cafeen er åben for alle – uanset hvor man bor, og kaffe og brød bliver sponsoreret af afdelingsbestyrelsen i Afd. 39.

TØJKÆLDEREN



Hver torsdag kl. 19-21 slår Tøjkælderen på Chr. Kolds Vej 1 døren op.

Tøjkælderen bestyres af Mascha Nielsen, Carina Rasmussen og Malene Kure Olsen.

Tøjkælderen er hyggeligt indrettet med prøverum og reoler inddelt efter tøjstørrelser, og der er altid kaffe på kanden.

Der er børnetøj og dametøj, og det er gratis. Tøjkælderen modtager også gerne brugt tøj i åbnings-tiden.

Kontakt:
Mascha Nielsen: **27 43 19 74**

Projekt Højvangen



Charlotte Strandgaard
Projektleder
Tlf: 3074 2690
charlotte@projekthojvangen.dk



Peter Gregersen
Projektmedarbejder
Tlf.: 4030 9581
peter@projekthojvangen.dk



Jytte Ramlorv
Torvholder for
familieindsatsen



Rasmus Møller Vestergaard
Pædagogstuderende

Styregruppen

Erling Weber Jensen,
Direktør SAB
Annemette Lehmann Bøgh,
Forretningsfører Midtjysk
Boligselskab
Søren Aalund,
Børn- og ungechef
Helle Simonsen,
Formand Afd. 17
Knud Erik Helbo,
Fra hovedbestyrelsen i Midtjysk
Charlotte Strandgaard, Projektleder
i Projekt Højvangen
Peter Gregersen, Projektmedarbejder i
Projekt Højvangen
Bent Bengtsson,
Formand Afd. 39
Michael Edvart,
Næstformand Afd. 17
Maiken Poulsen,
Bestyrelsesmedlem Afd. 39
Joan Løvendahl,
Formand for Fællesspisning
Samaneh Moosavi,
Formand for Bydelismødrene

Boligsocial vicevært, STU-kollegiet



Michael Damkær
STU-kollegiet

Poul La Cours Vej

Bestyrelsen afd. 39



Peder Paarup Sørensen
Sekretær
tlf: 40365679
paarup1@live.dk



Iben Hansen



Louisa Lindholm



Palle Christiansen



Connie Ibsen



Maiken Poulsen
Styregruppen

Aktivitetsudvalget

Maiken Koch Poulsen Tlf.:
22374230

Skanderborg Kommunes opsøgende team for socialt udsatte



Gadesygeplejerske
Kirsten Clausen,
tlf.: 30529981



Socialrådgiver
Kjeld Loftager,
tlf.: 51509885

Poul La Cours Vej

Bestyrelsen afd. 65



Jørn Mikkelsen
Formand,
Tlf.: 40918627
jmikkelsen448@gmail.com



Ole Bundgaard



Dinna Kolstrup



Torben Ranthe



Dorte Mikkelsen

Ejendomsfunktionærer

Afd. 39

Poul Erik Sørensen Tlf.: 5124 5098
Klaus Koch Tlf.: 24620560

Afd. 65

Dimitrios Stratigos Tlf.: 5124 5099

Leje af beboerhuset

Kontakt til Midtjysk Boligselskab
Silkeborg, Tlf: 86 52 21 77
Kan **kun** lejes af beboere i Midtjysk
Boligselskab.

Drift

Driftschef Bjarne Jacobsen
Tlf.: 2013 4256

Genhusningskonsulent

Anita Skarregaard Didriksen
Tlf: 2170 8910
Mail: genhusning39@bdk.dk

Sundhedskonsulent



Line Vindbæk Andersen
tlf: 24926013
Lva@skanderborg.dk

Grønnedalsparken

Bestyrelsen



Helle Simonsen
Formand, Styregruppen



Michael Edvart
Næstformand,
husansvarlig,
Styregruppen



Frank Nielsen
Diverse papirer



Jan Gadkjær



Claus Simonsen
Blæksprutte



Irma Povlsen

Fotografen
er på vej



Lars Nielsen
Backup-husansvarlig,
aktivitetsudvalget,
Åndehullet

Fotografen
er på vej

Find os på Facebook
Afd. 17 Sab



Kontakt lokalbetjentene



Jens Ole Danielsen:
tlf: 72583410
mail: jod001@politi.dk



Henrik Simonsen:
tlf: 72583394
mail: hbs003@politi.dk

Grønnedalsparken

Bestyrelsen træffes

Ved åben henvendelse:
I tidsrummet torsdag kl. 19 til
20 kan de træffes i beboerhuset
N.F.S. Grundtvigsvej 50 eller:
E-mail: afd17sab@gmail.com
tlf. 8651 1150
Træffes ikke på helligdage.

Udlejning af kælderrum

Al kontakt ang udlejning af
kælderrum, foregår på mail
eller telefon til Helle Skovdal: Tlf
53135184 - mail campkaelder@
gmail.com. Træffetid følger Åben
bestyrelse, dvs torsdage 19-20

Aktivitetsudvalget

Helle Simonsen
Jane Gadkjær
Lars Nielsen
Jan Gadkjær
Paw Leth-Andersen
Nicolaj Simonsen
Claus Simonsen
Marianne Nielsen
Karina Meyer

Find os på Facebook
Aktivitetsudvalget afd. 17



Vagttelefon: 2427 1150 (kun for afd. 17)

Vagttelefonen er udelukkende
til uopsættelige problemer,
dvs. hvis varmen forsvinder
i fyringssæsonen, hvis der er
oversvømmelse, eller hvis du
ingen elektricitet har.

Adm.Skanderborg Andelsboligforening SAB

Adelgade 106
8660 Skanderborg
Tlf.: 8652 3300
Fax: 8651 1074
Hjemmeside: www.sab-net.dk

Åbningstider

Mandag-onsdag: 10-12 & 13-15
Torsdag: 10-12 og 13-17
Fredag: Lukket
Telefon er lukket tirsdag+torsdag
formiddag.

Grønnedalsparken

Lokalinspektør

Fejl og mangler meldes til
lokalinspektør Jørn Dahl på
kontoret NFS Grundtvigsvej 5
kælderen eller på 8651 2875.

Kontortid

07:30 - 08:00 og 12:30 - 13:00
Jørn Dahl træffes desuden
i normal arbejdstid på 2462 1696.

Trailer/campingvogne

Campkaelder@gmail.com
Træffetid på telefonen:
Torsdag kl 19-20
tlf.: 53135184

Leje af beboerhuset

Udlejning af beboerhuset N.F.S.
Grundtvigsvej 50 administreres af
afdelingsbestyrelsen.
Udlejes ved åben henvendelse
torsdage kl. 19-20
Mail: afd17sab@gmail.com
Tlf.: 86511150 (Torsdag kl. 19-20)
Lejen løber fra fredag kl.: 14 til
mandag kl.: 07:00 med mindre
andet aftales.

Pris:

Beboere: 800 kr,- i leje / 0 kr,- i
depositum.

Andre: 2000 kr,- i leje / 1000 kr,- i
depositum.

Flaghejsning

Beboere i Grønnedalsparken
kan få flaget hejst på flagstangen
mellem Chr. Koldsvej og
NFS. Grundtvigsvej, når nogen
ønsker det
Kontakt i god tid:
Egon Mortensen, Tlf.: 3115 9685
Send sms og Egon ringer tilbage.
Træffetid: 19 - 20



LØRDAG
D. 2. JUNI HOLDER
VI SOMMERFEST
I HØJVANGEN.
I ÅR BLIVER FESTEN
PÅ GRUNDTVIGS VEJ.

VI MANGLER
FRIVILLIGE!

SOMMERFEST

I HØJVANGEN

2018

Vi håber
også på at få
endnu flere
**kræmmere til
Sommerfesten**
- så book gerne en
stand allerede nu
hos: Katja Bach
tlf.: 60224207

**TIL ALLE JER DER HAR
VÆRET FRIVILLIGE OG
ALLE JER, DER GODT
VIL PRØVE DET:**

Det er **NU** I skal melde jer til.
Meld jer til på sms til Helle
Simonsen på
tlf: 24239226,.

**DU KAN VÆRE FRIVILLIG
I UGEN OP TIL FESTEN:**

Kan du køre truck? Stille borde,
telte, skilte op?

UNDER FESTEN:

Tag en vagt ved hoppeborgen,
grillen, baren, scenen, morgenma-
den, kaffeboden og meget mere.

EFTER FESTEN:

Pak telte, borde, bænke, samle
returvarer, feje, spise frokost ;-)

**DER ER OGSÅ LEDIGE
FORMANDS POSTER:**

Pladsansvarlig
Legeland
Scenen
Elektriker

