

# OPGANGEN



**Fra STU til egen lejlighed  
Spis vild mad fra naturen  
Damstahl støtter cykelværkstedet**

# Redaktionen



**Charlotte Strandgaard**  
Ansvarshavende  
Redaktør



**Else Hylleberg**  
Korrektur



**Michael Damkær**  
Skribent



**Marianne Nielsen**  
Skribent

## Kontakt redaktionen:

charlotte@projekthojvangen.dk

## Grafik og layout:

Anne Brønd Nielsen, FGU Sydøstjylland

## Tryk:

Huset Venture - Oplag: 1100 stk.

Næste blad udkommer september 2020

Deadline 1. august.

## Opgangen udkommer 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.

Opgangen udgives af Projekt Højvangen, Afdeling 17 (SAB), Afd. 39 (Midtjysk Boligselskab)



Forside: Khadijo, 4 år  
Foto: Helene Hennings

## Er der mon nogen læsere?

I sidste nummer efterlyste vi jeres holdning til, om beboerbladet her skal udkomme på papir eller i digital form. Kun ganske få har svaret, hvilket vi selvfølgelig er kede af. Især hvis det betyder, at bladet slet ikke bliver læst. Derfor giver vi jer chancen igen for at svare – det kunne jo være, man havde glemt det i farten. Samtidig har vi fået flere svarkuponer ind uden navn eller emailadresse på, hvilket er u hensigtsmæssigt, når vi skal trække en vinder af et gavekort på 300 kr. til Skanderborg Cityforening. Hvis man har afleveret en kupon uden navn, må man derfor gerne henvende sig til os og få sit navn med i lodtrækningen.

## SVARKUPON

Jeg læser Opgangen:

Altid       Af og til       Aldrig

Jeg foretrækker at læse den i papirudgave

Jeg foretrækker at få Opgangen i en pdf-fil

Hvis du vil på en mail-liste og få Opgangen tilsendt, så skriv venligst din mail-adresse her:

(Så længe Opgangen udkommer i papirform, vil man stadig få den husstandsomdelt som hidtil)

Du kan også svare ved at sende en mail til: charlotte@projekthojvangen.dk senest 30. maj 2020 eller ved at sende en sms til 30742690

Blandt alle indkomne svar trækker vi lod om et gavekort på 300 kr. til Cityforeningen i Skanderborg.

Husk at skrive enten navn, telefonnr. eller emailadresse, hvis du vil være med i konkurrencen om et gavekort.

# Hvor vild er du?



Det har været et vildt forår. Vi har alle stået ansigt til ansigt med en pandemi og alt, hvad det har trukket med sig af forandringer på så mange områder i vores liv. At holde afstand, spritte hænder og holde os for os selv har været en ny hverdag. Corona har ramt hårdere hos nogle end hos andre, men ingen kan vel sige sig fri for at have mærket en usikkerhed og måske endda angst over for denne uventede gæst. Usikkerheden har fulgt os ind i genåbningen – hvornår, hvor mange og hvordan har været spørgsmål, alle har skullet forholde sig til.

I Projekt Højvangen har foråret været en stille omgang sammenlignet med den summen og aktivitet, der normalt hersker op til Sommerfesten. Festen har været savnet – men heldigvis har styregruppen allerede sat et kæmpekryds lørdag 5. juni 2021. Håber, i alle vil gøre det samme.

Men foråret i Projekt Højvangen har også været vild på en helt bogstavelig måde. Winnie har snart gennemført to måneders praktik, hvor hun har skullet stable initiativer på benene under hensyntagen til corona. Hver onsdag har hun sanket vild mad i naturen i Højvangen sammen med maksimalt ni beboere. De modige har undervejs spist brændenælder, skval-

derkål, granskud, løgkarse og mælkebøtter. Hatten af for alle de, der kaster sig ud i at gøre noget andet, end de plejer.

Vi har det som regel bedst med det, vi kender, og hos mange af os er forandringer indkodet som noget farligt. Men vi har godt af at tvinge os selv ud af vores komfortzone – det er kun på den måde, man udvider den og får nye kompetencer. Så vi skal give os selv lov til at være lidt vilde. Og det behøver ikke kun at handle om at spise det, vi ellers anser for ukrudt. Det handler om at turde gøre noget, vi ellers ikke gør af frygt for at miste fodfæste. Det kan være at tage et nyt initiativ, dyrke mere motion, opsøge et nyt fællesskab eller forfølge en drøm.

På den måde kan forandringer sagtens være af det gode. Forandringer vi selv får til at ske, ved gradvist at flytte vores tanker og overbevisninger i nye retninger.

Winnie er rykket videre, men vi håber, hendes aftryk bliver, og at det vilde sankehold fortsætter deres ture ud i naturen – enten sammen eller hver for sig.

Nu hvor Danmark igen ligger forholdsvis åbnet efter corona, håber vi at alle i Højvangen får en skøn sommer – måske endda med nogle små vilde hverdagsventyr.

*Peter og Charlotte*



Carsten Knudsen (tv) og René Larsen glæder sig over, at de har fået hjælp til at indkøbe værktøj til cykelværkstedet

# Stort sponsorat til Cykelværkstedet

Tekst og foto: Charlotte Strandgaard

Stålvirksomheden Damstahl på Danmarksvej har begavet Cykelværkstedet i Højvangen med et fornemt sponsorat på 10.000 kr. Virksomheden ville gerne støtte lokale projekter, der er baseret på frivillighed, og efter en ansøgningsrunde faldt valget bl.a. på Cykelværkstedet. Administrerende direktør Michael Lund har på vegne af udvælgelsespanelet givet følgende begrundelse for valget:

- Cykelværkstedet i Højvangen er et projekt, der i den grad kommer lokalområdet til gode. Vi har lagt vægt på, at der i Cykelværkstedet både er mulighed for at lære at reparere sin egen cykel og erhverve sig en cykel og nyde den frihed, det giver, siger han.

De to frivillige "cykelsmede" Carsten Knudsen og René Larsen er ovenud glade for den fornemme donation til deres projekt.

- Det er en gave, der er guld værd for os. Nu kan vi lave flere cykler, fordi vi kan indkøbe nok værktøj til, at vi kan arbejde flere på samme tid, siger René Larsen, og Carsten Knudsen istemmer:

- Det er en meget stor hjælp, som vi er meget taknemmelige for.

Carsten og René har drevet Cykelværkstedet i halvandet år, og har oplevet at flere og flere beboere efterspørger hjælp til deres cykler.

- Sponsoratet fra Damstahl er et flot skulderklap til os, og det er virkelig dejligt at andre kan få øje på værdien i vores frivillige arbejde, siger René Larsen. Og det bekræfter Michael Lund fra Damstahl:

- Vi ser ganske enkelt så meget livskvalitet i Cykelværkstedet, og vi ønsker al mulig held og lykke til projektet, siger han.

På grund af corona-nedlukning er den officielle overrækkelse af sponsoratet skubbet frem til august, men de frivillige cykelsmede har allerede været i gang med at købe nyt værktøj til Cykelværkstedet. Men de glæder sig til at kunne komme over på Damstahl og sige ordentlig tak for den fine donation.

## Problemer med vandet?

Som alt andet lukkede corona ned for det planlagte besøg af Skanderborg Kommunes kontinenteam i maj. Men teamet, der består af Marianne Andersen (fysioterapeut) og Bodil Sieron (sygeplejerske), har i stedet lovet at komme tirsdag 8. september kl 11-13. Mange oplever udfordringer med at nå ud på toilettet i tide, at holde på vandet, hyppig vandladning, hyppige blærebetændelser eller natlige toiletture. Kontinenteamet vil give deltagerne viden om blærens funktion, årsager til vandladningsproblemer,

træning, og forebyggelse og afhjælpning af vandladningsproblemer. Alle er velkomne til at møde op i Beboerhuset på Grundtvigs Vej og få information og vejledning

**TIRSDAG 8. september KL. 11-13  
i Beboerhuset på Grundtvigs Vej.**

Vi glæder os til at møde jer  
Bodil og Marianne

# Hvad har du lavet i Corona-tiden?

Tekst og fotos: Michal Jensen og Iman Suleiman

## **GITTE HANSEN, POUL LA COURS VEJ**

"Jeg har brugt tiden på at rydde op i forskellige ting derhjemme, som jeg normalt ikke når. Jeg savner at gå på arbejde og at kunne give et kram til dem, jeg holder af".



## **MIKAEL NIELSEN, MUSVITVEJ**

"Jeg har været meget sammen med min familie, for det har jeg haft mere tid til. Jeg har savnet mest at være sammen med mine venner".



## **SHAIMAA AL- ATWAN, ROSENGÅRDSVEJ**

"Jeg har brugt tid på at lave min have fin. Jeg har lavet græsplæne og indrammet den med sten. Jeg har sået blomster og glæder mig nu bare til det hele kommer op".



## **NIHAD MUHAMAD, SOLGÅRDSVEJ**

"Selvom det har været en svært her under coronatiden, så har der også været positive øjeblikke. I vores hjem har vi fået malet væggene, og kommet tættere sammen som familie. Under ramadan hyggede vi os også, da de fleste i vores familie faster".





**KOM OG PRØV  
KROLF  
OG FÅ HYGGELIGT  
SAMVÆR**

Lørdag d. 20. juni 2020 kl. 11.00- 13.00

På plænen mellem NFS. Grundtvigs Vej og Chr. Kolds Vej

## **KOM OG PRØV den nye krolfbane**

Højvangen har fået en krolfbane.

Da krolf er et spil, der kan spilles med alle corona-forholdsregler, skal den selvfølgelig indvies i flot stil.

Kom og prøv den nye krolfbane, få instruktion i spillet ved DAI idrætskonsulent Thomas Ahrentz og prøv at spille lidt med dine naboer.

Krolf er nemt at gå til.

ALLE kan være med – der er ingen tilmelding – kom bare, det er gratis.

Der vil være kaffe og kage foran Beboerhuset på NFS. Grundtvigs Vej.

Til at drive krolfspillet i Højvangen er der dannet en selvstændig forening for "Almen Idræt" under afdelingsbestyrelsen.

## **Tak til Iman og Iben**



Den seneste måned er de tidsbegrænsede ansættelser i Projekt Højvangen løbet ud for Iman og Iben. De skal begge have en varm tak for deres indsats i området. Iman har været tovholder for bydelsmødrene og hjulpet foreningens bestyrelse med afholdelse af månedsmøder. Hun har startet Kvindecaféen op i samarbejde med øvrige bydelsmødre. Hver tirsdag er der fortsat åbent for alle kvinder, der gerne vil tale med en bydelsmor eller mødes med andre kvinder. Heldigvis fortsætter Iman sit engagement i Kvindecaféen og i bydelsmødrenes forening. Også Iben står bag en café i området. Det er caféen i Afd. 39, som drives af bestyrelsen i afdelingen. I Projekt Højvangen har Iben taget sig af forskellige forefaldende opgaver. Ibens engagement i området fortsætter heldigvis også, idet hun sidder i afdelingsbestyrelsen og herigennem arbejder for et godt boligområde med aktiviteter og naboskab.

# Fra STU-kollegiet til egen lejlighed

Tekst og foto: Michael Damkær

Sommeren over sker der en naturlig udskiftning i STU-kollegiets to lejligheder på Chr. Kolds Vej, da flere af eleverne dimitterer fra Skanderborg STU. I de 3 år uddannelsen varer, kan man bo på kollegiet, hvor der undervises i almen botræning, hjælpes med økonomi, støtte til at indgå i Projekt Højvangens fællesskab, samt styrkelse af det sociale aspekt ved at bo sammen med flere unge mennesker.



## Jeppe

"Jeg lærte at handle økonomisk ind og lave mad. Derudover lærte jeg at respektere de andre bofæller, som jeg boede med, hvor det at indordne sig er vigtigt. Jeg boede med en hel del forskellige på de tre år på kollegiet, da man kan starte på STU på forskellige tidspunkter, så nogen kom og nogen gik. Alt i alt en god tid, som har gjort mig mere selvstændig."



## Alice

"I forhold til det at gøre rent udviklede jeg mig meget. Underviserne havde en god måde at vejlede på uden at skælde ud, som jeg før har været vant på min gamle skole. Hvis jeg gik lidt i baglås, var de gode til at hjælpe mig, og jeg følte mig virkelig lyttet til. Jeg nød godt af fællesskabet, som har givet mig nogle gode venner, og rart at man aldrig var helt alene. Kunne også lide at være noget for nogen, især nye, der flyttede ind. Og så fik man mange gode oplevelser, og var på nogle spændende ture."

Når de tre år er gået, får eleverne hjælp til at finde en ny lejlighed, og i det følgende kommer der en lille status på, hvilke kompetencer tre tidligere kollegianere har fået med sig. Fælles for Jeppe, Alice, Olivia og Michal er, at de nu bor i egen lejlighed, og at de er i gang med noget meningsfyldt. Alle har stadig kontakt til den boligsociale vicevært i en eller anden grad, og deltager i klubaftener arrangeret af STU for gamle og nuværende elever.



## Michal

"Hvis jeg skal nævne tre ting, som var godt for mig ved at bo på kollegiet, så lærte jeg at gøre rent, jeg lærte at få styr på mig selv i forhold til, at jeg vidste hvad jeg skulle.

Altså der var en god struktur. Og så var det vigtigt med fællesskabet, det at der hele tiden var andre unge mennesker omkring mig, det kunne jeg godt lide."



## Olivia

"Jeg skal flytte i min egen lejlighed på mandag på Grundtvigs Vej. Jeg har boet på STU-kollegiet i tre år, og på den tid har jeg lært at klare mig selv. At lave mad og gøre rent.

Jeg har fået mange venner og bekendte her i Højvangen, og derfor bliver jeg her. Jeg ville også komme til at savne Storlegeland, hvis jeg ikke var i Højvangen".

# Hverdagen kan være svær at håndtere

Af Charlotte Strandgaard

De fleste kender til at livet slår nogle kolbøtter, og som regel lander man på benene igen. Men 51-årige Dan Lenstjerne, der bor på Grundtvigs Vej, synes stadig, livet bider tænder af ham, selv om det er fire år siden, han blev skilt fra sine børns mor.

- Jeg må sige, at jeg har følt mig meget fortabt og ensom. Jeg gik fra at være familiefar til at sidde meget alene i min lejlighed. Jeg har virkelig savnet mit gamle liv, og det har været svært at komme videre, fortæller han.

Dan Lenstjerne vil gerne dele sin historie med andre beboere i Højvangen, fordi han er overbevist om, at mange andre har oplevet det samme som ham.

- Jeg tror, vi mænd har svært ved at komme ud af busken og erkende, at vi føler os svage og ensomme. Derfor vil jeg gerne være ærlig omkring, det jeg har oplevet, siger han.



Dan Lenstjerne er et kendt ansigt i Højvangen, hvor han ofte går eller løber lange ture. Foto: Peter Gregersen

Hvis man som Dan gerne vil være med til at stable en mandeklub på benene, kan man kontakte Peter Gregersen i Projekt Højvangen på tlf: 4030 9581.

## Mistede livsgnisten

Dan Lenstjerne voksede op i København, men flyttede senere til Randers, inden han i 1995 fik lejlighed sammen med sin daværende kone på Chr. Kolds Vej. Parret fik først tvillingepiger og senere en søn, så tiden gik i høj grad med at være familie. Igennem årene havde Dan Lenstjerne forskellige jobs som vagt, portør, pakkepost, samtidig med han sad i skolebestyrelsen.

- I 2011 fik jeg stress og blev fyret, og det var svært at finde et nyt job, fortæller han.

Turbulente år med arbejdsprøvninger, rygproblemer og knas i ægteskabet fulgte inden skilsmissem i 2016. I 2017 flyttede Dan Lenstjerne tilbage til Skanderborg i en lejlighed på Grundtvigs Vej.

- Det var godt i starten at være her, hvor mine børn var. Men jeg føle mig meget alene og kunne ikke få hverdagen til at hænge sammen. Jeg begyndte at udvikle angst og uro, og var dybt frustreret over, at tingene ikke ville virke for mig, siger han, der efter et par år med yderligere arbejdsprøvninger fik førtidspension i 2019.

- Førtidspension fik mig for alvor til at føle mig overladt til mig selv. Børnene var blevet store og havde ikke brug for mig på samme måde mere, så jeg følte mig virkelig kørt ud på et sidespor og mistede helt livsgnisten, siger han.

*Engang var min familie og jeg "Familien Danmark", og det har været svært at lægge den fortid bag mig, siger Dan Lenstjerne.*

## På sporet igen

Livsgnisten er dog så småt kommet tilbage til ham. De fleste morgener trækker han i løbetøjet og tilbage lægger nemt 10-15 km.

- Jeg får lige klaret hovedet, når jeg løber, og det giver mig energi til resten af dagen, siger han, der nu også har fået skabt et større netværk i sit nærområde. Dan stikker ofte hovedet ind i både cafeen på Grundtvigs Vej og Poul la Cours Vej og giver gerne en hånd med i Projekt Højvangen.

- Jeg vil gerne have et liv med mening, og det giver mig meget mening, når jeg kan hjælpe andre. Under corona-krisen handlede jeg af og til ind for én, der selv havde svært ved at komme ud. Jeg kan også forestille mig at være besøgsven eller ledsager for nogle, siger han. Med til drømmene hører også idéen om en mandeklub i Højvangen.

- Der må være andre som jeg, der også godt kunne bruge nogen at lave ting sammen med, siger han. Dan har fortalt sin historie til Opgangen i håb om, at andre også vil åbne mere op og snakke med hinanden.



# Skal vi grille sammen?

Af Charlotte Strandgaard

Skanderborg Kommune har godkendt opførelsen af en grillhytte i Afd. 65 på Poul la Cours Vej, og i uge 29 ankommer denne smukke hytte. Frivillige beboere skal derefter stå for at bygge hytten, der forhåbentlig allerede i sommer vil kalde på hyggelige stunder med bål og nabohygge.

Selve byggeriet kommer også til at foregå i naboskabets ånd, så hold øje med postkassen – du er også inviteret. Måske har du hænderne skruet godt på, måske kan du bage en kage eller måske kan du heppe på de der bygger. Under alle omstændigheder håber vi, at så mange som muligt vil kigge ud, når byggeriet af Afd. 65's nye fælles mødested sætter i gang.



Connie Ibsen er både aktiv i afdelingsbestyrelsen og i de nye haver på Poul la Cours Vej. Foto: Peter Gregersen



Mala Ratnasekaran har længe drømt om, at der kunne komme beboerhaver til Poul la Cours Vej. Foto: Peter Gregersen

## Haver hitter

Af Charlotte Strandgaard

I år er der for alvor kommet gang i beboerhaverne i de to afdelinger på Poul la Cours Vej også.

I Afd. 39 mødes de have-glade hver tirsdag kl. 13 for at dyrke i de nyindkøbte havekasser.

Pengene hertil er kommet fra donationen fra Smukfonden, som tilfaldt Haverne i Højvangen sidste år. Indtil videre er der en lille håndfuld der mødes derude hver tirsdag kl. 13, og man er meget velkommen til at møde op. Hvad enten det er for at hygge sig med sine naboer eller for at deltage i havearbejdet. Når der begynder at komme afgrøder i haven, vil det også være om tirsdagen kl. 13 man kan få lidt af de hjemmedyrkede sunde sager med hjem.

For "Smukfond-pengene" er der også indkøbt et shelter, der skal bygges i bagerste hjørne i haven (ned mod Skolestien). Dette arbejde går også i gang inden længe, og der er stadig brug for frivillige beboere, der kan give et nap med. Her kan man kontakte Peter Gregersen, hvis man vil hjælpe. I Afdeling 65 er der også sået blomster og krydderurter i kasser. Derudover er der nu også plantet solbærtræer i alle tre have-områder, og forhåbentligt bliver bærene til glæde for mange beboere i området. I Afd. 17 pågår et arbejde med at få etableret en overdækning af pizzaovnen og gerne mere, sådan at der bliver større mulighed for at sidde i Haven i alt slags vejr.

Vil du lære at bruge pizzaovnen?

Det kræver lige et kørekort, før man kan bruge pizzaovnen ved Haverne. Kontakt Peter Gregersen på :4030 9581, hvis du vil skrives op til det næste kursus.

# Det sker i Højvangen

## 1. juli - 30. september

### Aktiviteter i Højvangen

#### Juli

30. juni-1. juli:  
Camp Højvangen -  
for børn og unge

#### August

15. aug. Djurs Sommerland  
med Afd. 39  
22. aug. Fest i Åndehullet  
26. aug. Beboermøde i  
Afd. 39

#### September

15. sept. Fællesspisning  
17. sept. Afdelingsmøde  
i Afd. 17

### Fællesspisning



Den tredje tirsdag i måneden er der Fællesspisning i beboerhuset på Grundtvigsvej 50.

Det er frivillige, der står for at planlægge, lave mad, dække borde, sælge sodavand og rydde op. Tilmelding kan ske på facebook på Projekt Højvangens side eller ved at skrive sig på listen i beboerhuset. Man kan også tilmelde sig ved at betale på mobilepay: 925812. Husk at skrive "fællesspisning" og hvor mange, man kommer.

Pris: 0-5 år: Gratis, 6-15 år: 15 kr.  
16 år og opefter: 35 kr.

### Børne- og ungeholdet

Hver tirsdag kl. 16 mødes børn og unge i Højvangen. De hygger, leger, laver cirkus, laver mad og spiser sammen.

Alle er velkomne og forældre er velkomne til at hjælpe til. De voksne er Tine og Peter, og holdet mødes ved Haverne i sommerhalvåret og i beboerhuset på Grundtvigsvej i vinterhalvåret.

### Bydelsmødrene



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.

### Voksen aften

Gratis. Alle er velkomne hver onsdag kl. 19-22 beboerhuset på Grundtvigsvej.

### Højskolen i Højvangen

Højskolen i Højvangen er et koncept, hvor aktuelle og inspirerende temaer kan tages op. Arrangementerne laves på initiativ af beboere i samarbejde med projektmedarbejdere. Følg med på Projekt Højvangens facebook-side, hvor de annonceres.



### Hundeskoven

Hundeskoven er for alle hunde og deres mennesker og ligger på Grønnedalsvej. Har du lyst til at give en hånd i hundeskoven, er du mere end velkommen.



### Lektiecafé for indvandrere

Mandag og torsdag kl. 19-21  
Poul la Coursvej 5, V.111



### Fortællehulen



Tirsdag kl. 16-17 læser to frivillige op for børn i alderen 6-8 år i Fortællehulen i Børnehuset på Grundtvigs Vej. Når børnene mødes, spiser man først hjemmebagte boller sammen, inden oplæsningen går i gang.

Tilmelding er nødvendig på grund af begrænsede pladser i hulen. Til Charlotte på: 30742690.

## Cykelværkstedet

Cykelværkstedet på Grundtvigsvej 19 er som regel åben om lørdagen kl. 10-13 og evt. efter aftale med Carsten (2849 3259)

## Caféen



Caféen i beboerhuset på Grundtvigsvej er åben for alle mandag-fredag fra kl. 8 og indtil, der er ikke flere folk i cafeen - dog senest kl 13:30. kaffen er gratis, og morgenbrød kan købes for 10 kr.

Den første torsdag i hver måned kommer sognepræst Jendre Nørby Fyhn på besøg i caféen kl. 9.

## Kvindecafé

Hver tirsdag kl. 15-17 holder bydelsmødrene og Iman Suleiman kvindecafé i børnehuset på Grundtvigsvej. Alle kvinder er velkomne.

## Onsdagscafé

Hver onsdag kl. 10-12 er der kaffe på kanden og brød på bordet i beboerhuset på Poul la Coursvej. Caféen er åben for alle - uanset hvor man bor.

Caféen arrangeres af afdelingsbestyrelsen i Afd. 39.

## Håndarbejdsklubben

Gratis. alle over 18 år er velkomne. Mandag kl. 19-22  
Beboerhuset Grundtvigsvej 50



## Tøjkælderen



Onsdag kl. 19-21

I kælderen på Chr. koldsvej 1. Tøjkælderen bestyres af Mascha Nielsen, Carina Rasmussen, Malene Kure Olsen og Ann Loft.

Der er børnetøj og dametøj, og det er gratis. Tøjkælderen modtager også gerne brugt tøj i åbningstiden. Der er altid kaffe på kanden.

Følg os på Facebook: Tøjkælderen, Højvangen

## Grejbanken

Grejbanken har forskellige bolde, stangtennis og petanque, som kan lånes ved at kontakte Peter Brinch Pedersen på tlf. 6013 8311



## Motionshold

Hver tirsdag kl. 11.30 er der mulighed for sved på panden og smil på læben. Line Vindbæk Andersen står for sjov motion i salen i beboerhuset på Grundtvigsvej. Alle kan være med og efter træningen er der kaffe og frugt. Om onsdagen kl 9.30 er der fælles gåtur med Line Vindbæk Andersen i spidsen. Turen begynder og slutter ved beboerhuset på Poul la Coursvej

## Haverne



Beboerhaverne drives af frivillige beboere i samarbejde med foreningen Sammen Grov Vi og Projekt Højvangen. Haveholdet mødes mindst en gang om ugen til kaffe og havearbejde.

Der er desuden et hold for børn og unge, der mødes tirsdag kl. 16.

Afgrøderne kan nydes med måde af alle beboere i Højvangen.

## Åndehullet



Frivillige forældre åbner hver torsdag kl. 19-22 i Åndehullet i gavlen på Chr. Koldsvej 10. Her kan børn og unge fra 10-17 år mødes til hygge og fællesskab.

# Vild Mad i Højvungen

Af Winnie Wahito Von Eitzen

En sommer uden et stort glas hjemmelavet hyldeblomst saft kan simpelthen ikke være en rigtig sommer. Og at vende hjem med en kurv fuld af friske nyplukkede svampe og en bøtte brombær efter en lang spadseretur i skoven med sine kære er for mig indbegrebet af perfekt dag.

I det meste af året kan man finde masser af vild mad i skoven og kyster – selv storbyer har noget at tilbyde i det grønne områder. Men desværre er denne meget basale viden om spiselige vilde planter gået hen og blevet specialviden, der findes hos gastronomi- eliter. Folk er for meget i tvivl om, hvad man kan spise i naturen til at de tør bruge det i deres madlavning, og hvis de endelig får plukket noget, ved de ikke hvad, de skal gøre med det. Vi er desværre blevet vant til det snævre udvalg af grøntsager, som supermarkedet tilbyder os, og er bange for at gøre noget forkert eller lave noget, som ikke smager godt. Sådan behøver det ikke at være. Den vilde natur kan tilbyde os vitamin- og mineralbomber, som kan være med til at gøre måltider sundere uden at gå på kompromis med smagen. Danmarks vilde natur tilbyder en helt anden verden af gastronomiske oplevelser, der aldrig skuffer smagsløgene og er et godt supplement til din kost.

Sanketure (at sanke = at samle) er en god alternativ rekreativ aktivitet, som er godt for vores fysiske og mentale sundhed, fordi turene giver et pusterum fra vores travle dage, hvor vi kan genforenes med naturen og dem vi holder af. Når du er klar til at finde gratis og næringsfuld mad i naturen – uden pesticider, nul vand- og CO2-aftryk, så husk lige:

1. Pluk aldrig noget, du ikke kan identificere. Er du i det mindste tvivl, så lad være. Lær at identificere planter, træer og buske korrekt, og vælg det, du med sikkerhed ved, er spiseligt.

2. I statsejede skove kan du samle hvor som helst i skoven, mens du i private skove kun kan tage, hvad der er ved veje og stier.

3. Minimér madspild så meget som muligt ved blot at tage nok af det, du har brug for, og sørg for, at der er nok tilbage til, at arten fortsætter med at trives og selvfølgelig for andre væsener - mennesker og andre dyr.



*Go forth and forage!*

(Mit motto, som betyder:  
Gå afsted og sank)

## Sankekalender

### FORÅR

Ramsløg  
Løgekarse  
Skvalderkål  
Brændenælder  
Fuglegræs  
Granskud  
Skovmærke  
Mælkebøtte  
Burre  
Skovsyre

### EFTERÅR

Hyldebær  
Fuglegræs  
Hasselnød  
Havtorn  
Skovsyre  
Hyben  
Rønnebær  
Kastanje  
Slåen  
Peberrod  
Diverse bær  
Diverse frugt  
Diverse svampe  
Diverse tang

### SOMMER

Brændenælder  
Skvalderkål  
Ramsløg  
Hyben  
Fuglegræs  
Peberrod  
Hyldeblomst  
Løgekarse  
Skovmærke  
Skovsyre  
Skovjordbær  
Kirsebær  
Røllike  
Diverse bær: *blåbær, brombær, solbær, stikkelsbær, tyttebær, ribs*  
Diverse frugt: *æbler, mirabeller, pære, kvæde*  
Diverse tang: *sukkertang, fingertang, savtang, blæretang, osv.*  
Diverse svampe: *kantareller, Karl Johan, osv.*

### VINTER

Fuglegræs  
Slåen  
Østershat  
Diverse tang



Hen over foråret har modige beboere draget med Winnie på jagt efter vild mad. Foto: Peter Gregersen



## Mirabelle Marmelade

### Ingredienser

- 1 kg knap modne mirabeller (gule mirabeller giver gul marmelade og røde mirabeller giver rød marmelade)
- 400 ml vand
- 1 vaniljestang delt på langs
- 700 g sukker

### Fremgangsmåde

- Skyl mirabellerne og kog dem sammen med vaniljestangen til mos i vandet. Det tager ca. 10 - 15 minutter, men tiden afhænger af frugtens modenhed.
- Tryk mosen gennem et dørslag for at fjerne sten og skallerne.
- Frugtmosen koges sammen med sukker ca. 10 minutter.
- Hæld marmeladen i skoldede glas og lukkes med det samme.



## Bønnepaté med løgkarse

Når man skal holde en lille pause fra leverpostej eller vil spise mere fra planteriget, så kan man lave denne nemme og lækre paté. Giver ca. 340 g.

### Ingredienser:

- 1 dåse bønner (lima eller kidney) – brug drænet vægt
- 60g ristede mandler
- 1 håndfuld frisk løgkarse\*
- Knivspids salt
- Lidt vand ca. ¼ dl

### Fremgangsmåde:

Blend alle ingredienser til patéen har en cremet konsistens. Server med rugbrød og salat eller brug patéen som dip.

### Tip:

Tilsæt evt. chili, hvis du kan lide det stærkt.  
\* Brug evt. andre urter i sæson.

På vildmad.dk kan man finde mange flere informationer og opskrifter



## Røde Løvers Plads er til aktivitet og afslapning

Af Charlotte Strandgaard, fotos: Peter Gregersen

Det grønne område ved Børnehuset (tidligere Røde Løver) tilhører Skanderborg Kommune, og de har frisket pladsen op, så den gerne skulle være et både aktivt og afslappende sted at opholde sig.

Peter Brinch Pedersen holder området pænt, og han vil gerne opfordre alle til at hjælpe til med det.

Mia og Lucas har afprøvet stangtennis, fodtennis og de helt nye gynger – og det hele var godkendt fra de to unges side. Så det er bare om at ringe til Peter på: 6013 8311 for at låne udstyr, bolde mm.

Ofte sidder folk og hygger sig ved borde-bænkesættene på pladsen. Mikkel Kure syntes, de skulle have lidt læ, og har derfor fået sat parasoller op. Så nu skulle der være plads til både at spille og "chille".



## Vær god ved dit skrald

Af Charlotte Strandgaard

Vores affald har værdi – hvis det sorteres og behandles rigtigt. Meget kan genanvendes – og restaffald bruges til forbrænding, som skaber fjernvarme.

Men af og til kan man i Højvangen se affald der er forladt de forkerte steder. Det var f.eks. sket en mandag, hvor viceværterne i SAB tog billedet herunder. Hvis man kommer til en fyldt molok eller affaldscontainerne, er man nødt til at gå videre til den næste molok eller container, indtil man finder en plads til sit affald. Det er nemlig fugle og rotter, der ellers tager skraldet – og det er sjældent et kønt syn.

Heldigvis har SAB besluttet at der skal yderligere to molokker (containere, der er gravet ned i jorden) op – én på Grundtvigs Vej og én på Chr. Kolds Vej.



### Poul la Cours Vej får også molokker

I Afdeling 39 vil der ifølge Maiken Poulsen, forkvinde for afdelingsbestyrelsen komme molokker op som et led i renoveringen.

Hun opfordrer også til, at alle beboere tager ansvar for, at området holdes rent og pænt.

- Jeg synes, vi skal turde sige til hinanden herovre, når vi oplever noget, der ikke er helt i orden.

Og det er det ikke, at stille sit affald ved siden af en overfyldt container, når der står en tom container lige ved siden af, siger hun. Et andet budskab fra forkvinden er, at huske at mælkekartoner og pizzabakker ikke hører til i emballagecontaineren.

- Det er restaffald, og kan ikke genanvendes, siger hun.



# Åndehullet "ombygger"

Af Marianne Nielsen

Selvom der igen tillades, at vi må åbne Åndehullet op igen, har vi voksne valgt at holde det lukket lidt endnu. Vi har fået flere frivillige hjælpere samt endnu et rum vi kan benytte, så vi voksne vil bruge det meste af sommeren på at gøre det endnu mere fedt for i unge i Højvangen.



Det er stadig muligt for beboere i Afd. 17 at leje et partytelt til fødselsdage, konfationer eller blot en lille sjov fest. Indtægten herfra går ubeskåret til Åndehullet. Teltet måler 4x8 meter. Prisen for leje af dette er kun 250 kr. pr. døgn, som betales via huslejen. Der bliver lavet en lejekontrakt. Kontakt Lars Nielsen på tlf: 81610780

Vi har valgt at dele Åndehullet i to aldersgrupper nemlig 9-13-årige i det "gamle" Åndehul og de 14-18 årige i det "nye" Åndehul. Der skal arbejdes på det "nye" Åndehul, da det mangler lidt finesser, men det klarer vi i løbet af sommeren. Det "nye" Åndehul ligger også på Christen Kolds Vej, bare i nr.18 kælderren. Indgang fra gården.

Det "nye" Åndehul skal naturligvis også have et navn, så kom frisk med forslag til os på facebook.

Vi har jo været nødt til at aflyse alle vores planer i foråret, men fortvivl ikke, vi er allerede i gang med at få lavet nye planer. Vi modtager gerne ideer fra i unge også. Begge "Åndehuller" vil have åbningstider som tidligere nemlig hver torsdag fra kl. 19-22.

Første officielle åbningsaften bliver torsdag d. 13. august kl. 19 (I begge rum). Diskoteket som normalt holder til i Beboerhuset, vil gerne holde en fest for Jer alle, så sæt X i kalenderen lørdag d. 22. august. (Jeg ved de har fået et nyt fedt anlæg m.m.) Alt dette vil i høre mere om når tiden nærmer sig. Vi glæder os rigtig meget til at se jer igen - også nye ansigter.

Vi håber i får en fantastisk sommer og vi ses derude.

Marianne

## Jubilæumsår for Bydelsmødrene i Skanderborg

Af Charlotte Strandgaard

I år er det 10 år siden, det første hold bydelsmødre startede grunduddannelsen som Bydelsmor i Skanderborg. Siden har mere end 70 kvinder gennemgået uddannelsen.

- Det skal vi fejre i år, siger sundhedsplejerske Kirsten Birk, der igennem alle årene har stået for at uddanne de udenlandske kvinder til at hjælpe andre kvinder.  
- Planen er, at vi inviterer alle de tidligere bydelsmødre til diplomoverrækkelsen på Fælled. Vi har allerede fået god for, at vi gerne må holde et større arrangement, fortsætter Kirsten Birk

Men først skal det 10. hold kvinder uddannes, og det sker fra torsdag 13. august og herefter hver torsdag kl. 08.30-12.00

Hvis du selv – eller én du kender har lyst til at blive bydelsmor, kan du kontakte Kirsten Birk på: [Kirsten.birk@skanderborg.dk](mailto:Kirsten.birk@skanderborg.dk)



BYDELSMØDRE

MØD EN  
BYDELSMOR

Der er kvinde-café  
hver tirsdag  
På NFS Grundtvigsvej



# Nyt fra Afd. 39

## Kalender

### Fælleshuset i Afd. 39

På grund af corona-smittefare kan Fælleshuset i Afd. 39 ikke udlejes før den 1. september 2020. Af samme grund er der lukket i Caféen indtil 2. september.

### Tur til Djurs Sommerland

Lørdag den 15/08-2020 kl.09:00 går turen til Djurs Sommerland.

I år er der frokost med i prisen.

Prisen i år er: 175 kr pr person. Fra 3 år til 65 år.

Børn fra 0 år til 2 år er gratis.

### Beboermøde

Sæt allerede nu X i kalenderen, til årets beboermøde ONSDAG D.26/08-2020. Der kommer yderlig information, når vi nærmer os dagen.



## PÅMINDELSE:

Af hensyn til ALLE beboer i afdeling 39, skal vi endnu engang, påminde om at det IKKE er tilladt at køre på:

- Scooter/Knallerter.
- Cykler.
- Løbehjul. Hverken almindeligt eller elektrisk.
- Rulleskøjter.

I Arkaden. Dette gælder både for børn og voksne. Det er for alle beboeres sikkerhed, så der ikke er nogen der bliver kørt ned.

Dette står også oplyst i den husorden, alle får udleveret ved indflytning på Poul La Coursevej.

## Haverne i Afd. 39

Bestyrelsen i Afd. 39 har besluttet at købe et drivhus til Haven, og det er bestyrelsens ønske, at dette vil komme så mange beboere som muligt tilgode. Drivhuset passes ligesom havekasserne af det frivillige havehold, og hvis man vil være med, skal man møde op tirsdag kl. 13. Hvis man er interesseret i havearbejde, men ikke har mulighed for at være med på det tidspunkt, må man meget gerne kontakte bestyrelsen eller Projekt Højvangen, da vi så evt. vil forsøge at danne et eftermiddags-/aftenhold også.

Bestyrelsen henstiller til, at hverken børn eller voksne "piller" i havekasserne med mindre, man er en del af det frivillige havehold.

Vi håber, at Haven bliver til stor glæde for alle beboere i Afd. 39.



# Nyt fra Afd. 17

Af Helle Risum Simonsen

Så er vi ved, at kunne åbne op igen efter denne coronatid. Det har været en lang og kedelig tid for mange beboere. De forskellige aktiviteter er så småt ved at gå i gang igen. Har du spørgsmål angående dette, kan du finde kontaktinfo andetsteds her i bladet. Men hvor er det skønt, at se, at flere og flere nu kommer ud igen.

Vi har siden renoveringen haft problemer med nogle af de underjordiske affaldscontainere og området omkring, da mange beboere ikke kan finde ud af, at smide affaldet ud rigtig. Der er nu ved at blive indhentet tilbud på 2 mere, som vil blive placeret på de 2 områder, hvor der er mest behov for det. Men kære beboer, husk nu at smide dit affald rigtigt ud og i hvert fald ned i containeren og ikke ved siden af. Det tiltrækker rotter, og at rågerne og kragerne får hul på poserne og smider det ud over p. pladsen. Alt stor-skrald skal til vores affaldsø ved Chr. Koldsvej 5.



## Tilbage til en enkelt el-bil

De to el-biler fra Aura er ikke nok ude af lade-standerne. Derfor flytter Aura nu den ene bil, og beboere i Højvangen må herefter deles om den ene bil. Man opretter sig som bruger på [aura.dk](http://aura.dk). Her kan man også se priser og abonnementsordninger.

## SÆT KRYDS I KALDEREN TORSDAG DEN 17.9 2020 TIL DET ÅRLIGE AFDELINGSMØDE.

Her gennemgås regnskabet for 2019 samt budget for 2021. Det er også her, hvor du kan komme med forslag til ændringer i området, som skal godkendes af beboerne. Der vil endvidere være valg til bestyrelsen. ER DET NOGET DU KUNNE TÆNKE DIG???

Som medlem af bestyrelsen sidder du i afdelingens maskinrum. Det er både spændende og udfordrende. Og allerede når du overvejer at stille op til bestyrelsen starter forberedelserne.

Hvis du har en trailer til at stå, så skal den ifølge ordensreglementet stå på de dertil indrettede pladser. Disse pladser få man ved, at kontakte vores trailer/kælder- ansvarlige enten på telefon om torsdagen eller pr. mail. (Se bagerst i bladet)

Bestyrelsen vil gerne rose vores gartnere. De gør et kæmpe stykke arbejde for, at få vores område til at se pænt ud. Og vi må nok sige, at det lykkedes dem særdeles godt.

Bestyrelsen ønsker alle en rigtig god sommer

## Siger din postkasse stop?

Godt råd fra en vicevært (der af og til oplever stopfyldte postkasser):

Man kan tilmelde sig "Nej Tak- ordningen" og få tilsendt et klistermærke til at sætte på sin postkasse. Man kan gå ind via FK Distributions hjemmeside og vælge, hvilken ordning man ønsker at være tilmeldt. Hjælp på denne måde dig selv ved at slippe for uønskede reklamer og miljøet for overflødig produktion af ressourcer.

## Projekt Højvangen



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



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



**Jytte Ramlov**  
Tovholder for  
Familieindsatsen  
Tlf: 61779338



**Tine Sædholm Pedersen**  
Projektmedarbejder  
Børn og unge  
Tlf: 60605044



**Katja Bach Dam**  
Praktisk og kreativ  
medarbejder



**Michal Jensen**  
Praktisk medarbejder



**Peter Brinch Pedersen**  
Pedel ved Røde Løvers Plads

Mød Projekt Højvangen:  
På Poul La Cours Vej: Hver onsdag i  
cafeen eller på kontoret ved vaskeriet.  
På Grundtvigs Vej: På kontoret i  
beboerhuset hver tirsdag.  
Man er altid velkommen til at skrive en  
mail eller ringe til Charlotte eller Peter.

## Poul La Cours Vej

### Bestyrelsen afd. 39



**Maiken Poulsen**  
Formand, Styregruppen



**Iben Hansen**  
Næstformand  
Styregruppen



**Sasja Krogh**



**Peder Paarup Sørensen**



**Connie Ibsen**

Find os på Facebook  
beboer forum afd. 39



### Mød formanden

Formanden træffes hver torsdag  
kl. 17-19 på kontoret på  
Poul la Cours vej 25 Tlf: 24985806  
bestafd39@gmail.com

Bestyrelsesmedlemmerne kan ikke  
kontaktes privat - hverken på deres  
bopæl/pr. tlf. eller på sociale medier.

### Styregruppen for Projekt Højvangen

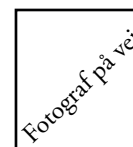
Erling Weber Jensen,  
Direktør SAB  
Annemette Lehmann Bøgh,  
Forretningsfører Midtjysk  
Boligselskab  
Lisbet M. Jensen,  
Skanderborg Kommune  
Helle Simonsen, Afd. 17  
Lars Nielsen, Afd. 17  
Maiken Poulsen, Afd. 39  
Iben Hansen, Afd 39  
Joan Løvendahl,  
Formand for Fællesspisning  
Charlotte Strandgaard  
Peter Gregersen

## Poul La Cours Vej

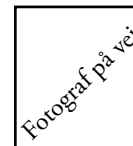
### Bestyrelsen afd. 65



**Lars Therkildsen**  
Formand,  
Tlf.: 60733821  
larstherkildsen65@gmail.com



**Preben Boel**



**Bodil Ernst**

Find os på Facebook  
poul la cours vej afd. 65



### Drift

Driftstelefon 8652 2177, tast 2 for drift

### Genhusningskonsulent

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

### Ejendomsfunktionærer

Poul Erik Sørensen  
Flemming Olsen  
Finn Dybro  
June Emdal  
Elmer Østergaard Nielsen

### Leje af Fælleshuset

Kontakt bestyrelsen i Afd. 39 på mail:  
bestafd39@gmail.com.  
Kan **kun** lejes af beboere i Midtjysk  
Boligselskab.  
Pris for en weekend:  
For beboere i afd. 39 og afd. 65: 1750  
kr, depositum 1000 kr. For beboere i  
andre afdelinger i Midtjysk Boligselsk-  
ab: 2500 kr, depositum 1500 kr.  
Pris for en enkelt dag:  
For beboere i Afd. 39: 1250 kr, de-  
positum 1000 kr. Forbeboere i andre  
afdelinger:  
1250 kr, depositum 1500kr.  
Fælleshuset kan ikke lejes på helligd-  
age.  
Huset er lukket for udlejning i julefe-  
rien  
fra 21. dec. til 2. jan. 2020.

## Grønnedalsparken

## Grønnedalsparken

## Grønnedalsparken

### Bestyrelsen



**Helle Simonsen**  
Formand, Styregruppen,  
Aktivitetsudvalget



**Lars Nielsen**  
Næstformand  
Styregruppen  
Aktivitetsudvalget



**Else Hylleberg**  
Husansvarlig,  
Aktivitetsudvalget



**Lotte Lundbøl**  
Åndehullet  
Aktivitetsudvalget



**Irma Povlsen**  
Sekretær



**Michael Edvart**



**Eva Vejle**  
Trailer, kælderrum

Find os på Facebook  
Bestyrelsen Afd 17 SAB



### 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 kælder-  
rum, foregår på mail eller telefon til  
Eva Vejle: Tlf 53135184 – mail camp-  
kaelder@gmail.com. Træffetid følger  
Åben bestyrelse, dvs torsdage 19-20

### Aktivitetsudvalget

Helle Simonsen  
Jane Gadkjær  
Lars Nielsen  
Jan Gadkjær  
Paw Leth-Andersen  
Nicolaj Simonsen  
Marianne Nielsen  
Karina Meyer  
Else Hylleberg  
Lotte Lundbøl

Find os på Facebook  
Aktivitetsudvalget afd. 17



### Akutordning

Udenfor normal arbejdstid kan  
SSG-Skadeservice kontaktes på tlf.  
70232311 ved akut opståede skader i  
eller udenfor boligen. Akutordningen  
fungerer i tidsrummet:  
Mandag - onsdag kl. 15-07  
Torsdag kl. 17-07  
Fredag kl. 12 til mandag morgen kl. 07  
samt alle helligdage

### Boligsocial vicevært, STU-kollegiet



**Michael Damkær**

### Sundhedskonsulent



**Line Vindbæk Andersen**  
tlf: 24926013  
lva@skanderborg.dk

### Skanderborg Kommunes opsøgende team for socialt udsatte



**Kirsten Clausen,**  
Gadesygeplejerske  
tlf.: 30529981



**Torben Christian-  
sen**  
Socialfaglig  
medarbejder  
23826134

### Adm.Skanderborg Andelsboligforening SAB

Adelgade 106  
8660 Skanderborg  
Tlf.: 8652 3300  
Mail: adm@sab-net.dk  
Hjemmeside: www.sab-net.dk

Find os på Facebook  
Skanderborg andelsboligforening



### Åbningstider

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

### Lokalinspektør

Fejl og mangler meldes til driftstelefo-  
nen: 87932218  
på hverdage  
kl. 8-9 & kl. 12.30-13.30  
(fredage dog kun kl. 8-9)  
Eller på mail: drift@sab-net.dk

### Leje af beboerhuset

Beboerhuset udlejes ved åben henvæn-  
delse 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 Grundtvigsvej. Kon-  
takt i god tid:  
Kurt Munk, Tlf.: 7170 2983  
Send sms kl. 19-20, og Kurt ringer  
tilbage.





## Camp Højvangen for alle børn og unge

*Tekst: Charlotte Strandgaard, fotos: Peter Gregersen*

Efter en lang corona-pause er børn og unge i Højvangen igen begyndt at samles om tirsdagen med Peter og Tine. Første gang var tirsdag 9. juni, hvor der blev bagt snobrød, snittet pinde, lavet haver, spist tomatsuppe og snakket. Nogle børn havde taget deres forældre med, og det er også dejligt, når de er med. I sommerferien laver vi igen Camp Højvangen for alle børn og unge i Højvangen. Det bliver tirsdag 30. juni til onsdag 1. juli.

Camp Højvangen begynder tirsdag kl. 11 med aktiviteter og hygge. Da vi stadig kun må være 50 personer samlet, er det nødvendigt med tilmelding til Peter (4030 9581) eller Tine (6060 5044) senest 26. juni.

Vi hører også meget gerne fra voksne, der vil lave en aktivitet eller bage en kage.