

OPGANGEN



Tema: Ensomhed

Hvem bestemmer i Højvangen?

Opgangens historie

Redaktionen



Charlotte Strandgaard
Ansvarshavende
Redaktør



Else Hylleberg
Korrektur

Kontakt redaktionen:

charlotte@projekthojvangen.dk



Thorkild Rasmussen
Skribent



Marianne Nielsen
Skribent

Grafik og layout:

Anne Brønd Nielsen
FGU Sydøstjylland, Medie & Kommunikation

Tryk:

Huset Venture - Oplag: 1100 stk.
Næste blad udkommer september 2021
Deadline 15. august 2021

Opgangen udkommer i marts, juni, september og december.

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



Forside:
Maiken Poulsen
Foto:
Peter Gregersen

Maiken Poulsen har boet på Poul la Cours Vej siden 2015. Hun er formand for bestyrelsen i Afd. 39, hvor hun nyder at forsøge at påvirke tingene i sin afdeling og skabe fællesskab i Højvangen



facebook

Find os på Facebook
Projekt Højvangen

Farvel til Opgangen

Af Charlotte Strandgaard

Beboerbladet Opgangen har igennem 10 år bragt historier fra Højvangen ud til ca 1000 husstande i området. Allerede før Projekt Højvangen var en realitet i 2008, havde man i Grønnedalsparken et beboerblad, der hed Hyggeren. Heri kunne man læse om de aktiviteter, som bestyrelsen og aktivitetsudvalget lavede. Projekt Højvangen ville også gerne lave et beboerblad, og det blev kaldt Østers. I 2011 blev de to blade slået sammen, og det nye blad blev kaldt Opgangen. Meningen var at historierne skulle skrives af beboere, og igennem årene har der været mange forskellige skribenter på bladet. Det har givet utallige gode historier, og vi håber, at mange beboere har nydt at kunne læse om andre beboere og ikke mindst at se de mange billeder fra området og dets beboere. Bladet har således haft til formål at skabe kendskab til hinanden og til området generelt. Men tiden er løbet fra et trykt magasin som Opgangen, og da den nye boligsociale helhedsplan endnu ikke er faldet på plads, ved vi ikke, om der bliver mulighed for at kunne lave historier fra området. Heldigvis er der udover dette blad stadig to numre, der skal laves, og det er nu, hvis man brænder inde med en god historie, der mangler at blive fortalt.

På side 8 og 9 har Thorkild Rasmussen lavet et nostalgisk tilbageblik på nogle af de historier, der har været bragt i Opgangen igennem årene.

Allerede i 2005 var Jan Frederiksen og Preben Jensen bagmændene bag et beboerblad i Afd. 17. En gang i måneden udgav de "Skyggen", der efter et par år skiftede navn til "Hyggeren".

- Vi sad inde i salen i beboerhuset og satte teksterne fra beboere op på vores computer. Dengang var der mere kommunikation mellem beboere i bladet. F.eks. kunne man annoncere ting, man havde til salg og efterlyse en barnepige, hvis man havde brug for det.

- Vi skrev også om madklubber, bankoklubben og andre aktiviteter, fortæller Jan Frederiksen. Jan Frederiksen og Preben Jensen hyggede sig med at lave bladet frem til 2011, hvor Opgangen blev en realitet.





Smid masken

Igennem mere end et år har vi fået indprentet, at andre mennesker er farlige for os. At nærkontakt er lig med smittefare, og vi skal isolere os, bære mundbind og vise samfundssind ved at blive hjemme. Det har betydet vanskelige kår for menneskelige fællesskaber. Mon ikke alle har mærket på egen krop, hvor meget det betyder at have kontakt til andre.

Mange mennesker har under epidemien følt sig ensomme. Måske kendte man allerede til ensomhedsfølelsen, før corona drev inden over landet, og i så fald har epidemien formentlig gjort det værre. Desværre er ensomhed et tabu i vores samfund, det er svært at tale om og række ud til andre. Derfor sætter vi i dette nummer af Opgangen fokus på ensomhed, og i inde bladet kan man læse om 29-årige Patrick Cakirli, der vandrer landet rundt på "March mod ensomhed" og Skanderborg Kommunes opsøgende team, der dagligt møder ensomhed blandt kommunens borgere. Teamet forsøger at hjælpe ensomme borgere videre til f.eks. frivillige besøgsvenner og efterlyser, at vi her i området får flere besøgsvenner. Vi har kendskab til en del beboere her, der allerede er en slags "besøgsvenner", fordi de ganske enkelt

bekymrer sig om deres naboer. De drikker måske en kop kaffe sammen, tager indkøb med for hinanden eller går en tur sammen. Men det kan der være meget mere af. Det handler om at turde bryde isen – tage det første skridt og række hånden ud. At finde modet frem og pakke angsten for afvisning væk.

Man kan f.eks. starte med at melde sig som frivillig til Sommerfesten eller deltage i sommerens fotokonkurrence "Mig og min nabo".

Mange aktiviteter er heldigvis godt i gang – det gælder Åndehullet, caféerne, Bydelsmødrene, haveholdene, sundhedsholdene og børneholdet. Om lørdagen kan man også kigge ned i Cykelværkstedet om formiddagen og spille krolf og bage pizza om aftenen. Tøjkælderen vil åbne op efter coronapausen onsdag 4. august, mens Hundeskoven holder åbent døgnet rundt. De aktiviteter, der er i Højvangen er intet uden beboere, der frivilligt arrangerer, deltager og inviterer flere ind.

Vi har fået noget frihed tilbage nu, og vi nyder at kunne droppe mundbindet. Men lad os også smide de andre masker, vi hver især bærer – og lad os række mere ud efter hinanden.

Hep hep for det gode naboskab og en skøn sommer.

Peter og Charlotte

Lad os feste sammen igen

Vi trænger til god fest. Vi trænger til at fejre, at vi er sluppet (lidt) fri af pandemiens greb og mærke, at vi alle stadig er her. Derfor har styregruppen for Sommerfesten reserveret **lørdag 18. september** for at kunne holde et brag af en fest. Festen holdes på Grundtvigs Vej, og Styregruppen håber bl.a. på at kunne omdanne Højvangen til én stor markedsplads. Derudover hører der selvfølgelig og musik, fadøl og pølser til en ordentlig fest – og selvfølgelig noget, der er sjovt for børn og unge. Hvis man vil hjælpe til med festen, kan man henvende sig til Katja Bach på tlf: 60224207.

Vi glæder os til at se alle naboerne.
Mvh Styregruppen for Sommerfesten

Fotokonkurrence: Mig og min nabo

Tag et godt billede af din nabo og dig sammen og vind et gavekort til både dig selv og din nabo på 300 kr. (til hver) til Skanderborg Cityforening.

Billeder sendes til charlotte@projekthojvangen.dk senest mandag 9. august.

De bedste billeder bringes i næste nummer af Opgangen.

Få bedre overblik over din økonomi

Af Charlotte Strandgaard

To gæve frivillige fra KFUM's Sociale Arbejde tilbyder nu gratis økonomisk rådgivning hver anden tirsdag i Beboerhuset på Poul la Cours Vej 31.

Helene Noe Bielack har en baggrund som revisor og coach og Rikke Askholm Sørensen er jurist, og nu ønsker de begge at hjælpe andre med at få styr på budgetlægning og økonomi.

- Jeg har søgt et frivilligt arbejde under KFUM's Sociale Arbejde for at støtte andre, som har brug for rådgivning. Jeg tror på, at når vi hjælpes ad, kan vi meget mere, siger Helene Noe Bielack, der glæder sig til at møde og hjælpe mennesker til at få en bedre økonomi.

Rikke Askholm Sørensen har igennem sit studie og arbejde erfaring med fogedret og inkasso.

- Jeg har stiftet bekendtskab med hårdt økonomisk ramte borgere, der ikke har kunnet få enderne til at mødes. Jeg håber nu på, at jeg kan være med til at gøre en forskel for den enkelte, inden det kommer til en inkassosag, siger hun.

Helt konkret kan man hos de to få hjælp til at få et bedre overblik over sin økonomi, og hjælp til at finde besparelser, så man måske kan få lidt mere luft og penge – også sidst på måneden. Man kan også

få hjælp til at tage kontakt til eventuelle kreditorer. De to rådgivere holder til i det lille kontor ved siden af vaskeriet i beboerhuset tirsdage i ulige uger kl. 16-18. Man skal bestille tid på tlf. 60900725, og så sættes der en time af til hver enkelt.



Gældsrådgivningen På Fode Igen drives af KFUM's Sociale Arbejde, som er en af Danmarks største sociale diakonale organisationer med over 160 sociale institutioner og tilbud. 850 ansatte og 2350 frivillige arbejder landet over for mennesker i udsatte livssituationer.

Flot sponsorat til Hundeskoven

Hundeskoven har fået 10.000 kr. i sponsorat fra virksomheden Damstahl på Danmarksvej. Katja Bach Dam havde søgt om støtte til naturforbedringer, så dan at biodiversiteten får bedre vilkår i skoven.

- Jeg er helt vildt glad, de muligheder der nu byder sig med sponsoratet, siger Katja, der står for den daglige drift af Hundeskoven.

Selv om skoven er tilegnet hunde, synes hun også, der skal være plads til et rigt insekt- og fugleliv.

- Der er stor mangel på insekter, og det vil vi gerne være med til at rode bod på. Vi skal alle tage et ansvar for at passe på den natur vi har, siger Katja Bach Dam, der er ked af, at der efter renoveringen røg så mange træer omkring Grønnedalsparken.

- Jeg synes, der nu lægger et større ansvar for det vilde dyreliv hos Hundeskoven, siger hun.

Planen er, at vi skal have en masse fuglehuse og insektboer op. Der er allerede sået engblomster hele vejen langs hegnet ud mod Grønnedalsvej.

- Vi køber også en flishugger, fordi vi så selv kan holde skoven nede. Affaldstræet kan vi lave til flis, hvilket er bedre i forhold til co2-udledningen fremfor at brænde træet af. Fliset kan vi bruge som dræn, og samtidig forkorte nedbrydningstiden for træet, siger Katja Bach Dam. For alle interesserede bliver der afholdt et møde sidst på sommeren.

- Her skal vi snakke om Hundeskovens fremtid og

have flere med i vores styregruppe. Der bliver sat skilte op i skoven og skrevet på facebook-gruppen Højvangens Hundeskov – så hold øje her, siger Katja Bach Dam



Ny leder på Niels Ebbesen Skolen

Af Charlotte Strandgaard



Den 6. april begyndte Jeppe Fly-Kristensen i stillingen som skoleleder på Niels Ebbesen Skolen. Han overtog jobbet efter Mari-Ann Togsverd, der gik på pension. Jeppe Fly-

Kristensen er 47 år gammel og bor i Solbjerg. Inden han kom til Højvangen, var han pædagogisk leder på Parkvejens Skole i Odder.

- Her venter mange opgaver og ikke mindst samarbejde med det lokale – f.eks. Campus, Kulturskolen og Projekt Højvangen. Vi står overfor en kommende fusion med specialklasserne fra Låsby Skole, siger Jeppe Fly-Kristensen, der også gerne vil udvikle fællesskabet på skolen.

- Jeg ønsker en stadig større grad af en vi-kultur og en sammenhæng mellem alt lige fra SFO til vores udskoling. Jeg er optaget af det digitale og digitale læringsmiljøer, som er noget, jeg har med mig fra min tid i Odder. Det håber jeg, vi kan udvikle endnu på mere i Skanderborg, sådan at vores skole står stærkt – også i fremtiden, siger den nye skoleleder.

Regnbuen skal være en rigtig regnbue

Af Charlotte Strandgaard



Sådan siger den nye leder af Dagtilbud Højvangen, Unna Koldbæk.

Hun startede i stillingen 1. april, og er nu leder for både daginstitutionerne Regnbuen, Elverhøj, Skov-

troldene og Fredensgård.

Unna Koldbæk er 54 år og bor i Brædstrup. Hun er uddannet pædagog og har været leder siden 1990 - indenfor stort set alle de pædagogiske fagområder.

- Jeg har været vidt omkring og har arbejdet med handicap, misbrug, anbringelser og ud-sathed, fortæller den nye leder, der allerede er blevet begejstret for Højvangen.

- Det er et fantastisk område, fordi det er så mangfoldigt her. Jeg ser mange muligheder i området, fordi man sammen kan lave nogle spændende ting. Regnbuen er en multikulturel institution, og jeg håber, at vi kan lave nogle kulturelle arrangementer og nye fællesskaber, der afspejler det, siger Unna Koldbæk. Hun har allerede oplevet, at forældre vælger Regnbuen, fordi det lige præcis er en institution, hvor børnene præsenteres for mange forskellige kulturer.

- Regnbuen skal være en rigtig regnbue, hvor mange forskellige kulturer mødes på kryds og tværs, og hvor der også oftere er arrangementer om aftenen, siger den nye dagtilbudsleder.

Nyt "grønt" ansigt



Tina Gercke er blevet ansat i Projekt Højvangen som tovholder for Haverne i Afd. 39. Et helt nyt ansigt i Højvangen er Tina Gercke dog ikke, idet hun tidligere har boet på

Grundtvigs Vej. Tina er oprindeligt uddannet anlægsgartner, men har været vidt omkring i sit arbejdsliv. Blandt andet har hun arbejdet som ejendomsmester i et boligselskab og kender derfor også til det almene boligområde. Hendes opgave i Haverne består i at støtte op om de frivillige. Hun vil også meget gerne være med til at lave nogle arrangementer ude i Haven, som måske kan trække nogle nye beboere udenfor.

- Det kunne være hyggeligt, hvis flere var med man behøver ikke nødvendigvis lave en helt masse, lidt har også ret, siger Tina Gercke, der allerede har været i gang et stykke tid. Læs mere om Haverne i Afd. 39 på side 16 – eller kig derud om tirsdagen kl. 15-17. Alle er velkomne.

Tak til Michal



Michal Jensen er stoppet hos Projekt Højvangen, da han var ansat i en tidsbegrænset stilling. Michal har været en fornøjelse at arbejde sammen med, da han altid møder verden

med godt humør. De har mange heldige beboere mærket ved juletid, hvor Michal har overrasket heldige vindere af kalendergaver.

- Jeg vil selvfølgelig altid gerne være frivillig i Højvangen og til f.eks. Storlegeland, siger Michal Jensen, der selv bor på Grundtvigs Vej.

Lørdags-pizza hele sommeren

Tekst: Charlotte Strandgaard

Fotos: Thorkild Rasmussen

Fardin Rahmani er blevet ansat i Projekt Højvangen – igen. Fardin har nemlig tidligere været i praktik, hvor vi havde glæde af hans store erfaring med pizzabageri i stenovn.

At bruge pizzaovnen kræver kendskab til den – og derfor vil Fardin også stå for at oplære beboere i brugen af pizzaovnen. Det foregår hver lørdag helt hen i sensommeren (med mindre vejret er helt hen i vejret til pizzabageri). Fardin tænder ovnen op kl. 16.30, og der skal man mødes med ham ved ovnen, hvis man gerne vil lære at tænde op i den. Han sørger for, at ovnen er klar til brug fra kl. 18 og et par timer frem, og der kan man altså komme og bage sine pizzaer – eller et brød.

Hvis man ikke selv vil lave dej, kan man købe dej-boller i pizzabaren i Højvangen. Man skal selv lave og bage sine pizzaer. Fardin står udelukkende for at tænde op og dele sin viden videre. Det kunne være hyggeligt, hvis lørdag aften blev en naboskabsaften i Højvangen, hvor der var liv i området. Irma Povlsen fra Afd. 17 står for krolf, og hun vil meget gerne undervise i spillet, sådan at flere får glæde af banen og spillet. Når først man har modtaget oplæring i spillet, kan man selv låse udstyret ud og spille med familie, venner eller naboer. Det kan også være, vi kan stable et krolf-hold på benene, der kan tage ud til kampe mod andre byer?



Har du teknisk snilde?

Og har du god værkstedshumor?

Så kunne Cykelværkstedet godt bruge én eller to frivillige, der har lyst til at restaurere brugte cykler. De brugte cykler doneres til Cykelværkstedet, som sætter dem i stand til videresalg til gavn for beboere i området. Det er Carsten Knudsen, der står for Cykelværkstedet, så hvis du er interesseret, kan han træffes på tlf: 28493259.



Sceneskræk? Det kan vi hjælpe med...

Af Ann Loft



I årets forestilling leger vi med de helt store danske skuespillere, fra de største film i den danske filmskat. Vi tager jer med ind i en verden af sang og musik, krydret med en sjov historie og lidt fri fantasi.

Sæt kryds i kalenderen tirsdag d. 5. oktober 2021, og kom og få et godt grin.

Forestillingen er, ligesom de tidligere år, skrevet af cabaret- holdet selv. Men som noget nyt i år, hører vi under aktivitetsudvalget i Afd. 17 – Grønnedalsparken. Tilmelding kommer i postkassen i løbet af september. Holdet består af omkring 8-10 beboere fra området, nogle er nye, og flere af os har været med i nogle år. Vi er 100 pct. amatører alle sammen,

men vi er med i dette projekt, fordi vi syntes, det er megasjovt, og vi syntes, det er fedt at blive udfordret og overskride vores grænser og lære nye sider af vores naboer at kende. Men skulle der sidde én, der har lyst til at være med, så er der stadig plads til dig. Vil du på scenen, så finder vi ud af det, men vi kan også godt bruge et par ekstra hænder til alt det praktiske, f.eks. vil vi meget gerne have forestillingen optaget.

Kontakt Mascha Bjerregaard 27431974 eller Ann Loft 53686858, hvis du har lyst til at være med. Vi starter op med prøver omkring slut august/start september.

Åndehullet udfordrer de unge

Af Marianne Nielsen

Åndehullet har ENDELIG fået lov til at åbne igen -YES! Vi har åbent hver torsdag kl. 19-22. Vi voksne er rigtig glade for at kunne åbne dørene for de unge mennesker igen. Vi har rigtig mange planer og ideer i fremtiden og håber, I unge stadig har lyst til at være med. I skrivende stund har vi været på boldbanen og spille rundbold, det er altid populært, altid masser af unge mennesker både fra Åndehullet og andre børn i området. Det er ikke første eller sidste gang vi arrangerer det.

Vi har også haft en udfordringskonkurrence, hvor de unge skulle arbejde sammen om bl.a. sækkeløb, tovtrækning, hamre og meget mere. De unge og ældre havde det rigtig sjovt.

Vi skal i løbet af sommeren spise mad, råhygge og måske en tur i Biffen.

Vi har som altid lavet en kalender, som altid kan justeres eller hvis I unge har andre forslag.

Til jer forældre, I er altid velkomne til at komme forbi og se hvad jeres unge mennesker laver.

R rigtig god sommer

Hilsen Marianne





Opgangen lukker

Af Thorkild Rasmussen

Når vi når slutningen af 2021, så lukker døren til det Opgangen, som vi kender. Igennem de år har bladet været i en konstant udvikling. Det bliver tydeligt, når man bladrer igennem stakken af blade fra de ti år. Masser af beboere har været inde over bladet – både som producenter af artikler og som kilder til historier fra området. Opgangen er blevet et stykke af Højvangens historie, som nu er blevet indhentet af teknologi og sociale medier. Vi har været på et lille nostalgitrip i gemmerne for at se, hvordan beboerbladet har udviklet sig gennem tiden. Og vi har zoomet ind på nogle af de artikler, der har været bragt.



En ambassadør kom forbi

7. februar 2012 kom den amerikanske ambassadør Laurie Fulton på besøg i Højvangen for at opleve vellykket integration og frivilligt arbejde. Laurie Fulton var præsident Obamas ambassadør i Danmark, og hun overraskede mange med sit nærvær og sin interesse. Og der blev trykket så mange hænder, at man med nutidens coronabriller ville have gispet derved.



Renovering går i gang

Opgangen, november 2014: 10 pavilloner bliver stillet op og bliver til seks genhusningslejligheder til beboerne i Chr. Kolds Vej 20. Det store renoveringsprojekt var i gang.



Smil til verden

Opgangen, april 2013: I 8. klasse var Mikkel Kure Olsen gået temmelig kold i skolearbejdet, og han tog i stedet en timeout, hvor han kom i praktik i Super Brugsen i Stilling. Turen fra Højvangen til arbejde klarede han på rulleskøjter. Og i butikken lærte han bl.a. at være udadvendt. Når man møder kolleger og kunder med et smil, så får man næsten altid smil igen.



Næsten flyvefærdige natteravnere

Opgangen, februar 2013: Det første hold natteravnere var næsten uddannet og klar til at gå rundt og skabe tryghed i Højvangen.

Natteravnene, som hverken er vagter eller har politibeføjelser, skulle primært gå rundt i kvarteret og snakke med børn og unge og andre på deres vej.



Helt lokal grønthandler

Opgangen, februar 2013: Grønthandler Adem Arslan fra Hørning starter salg af frugt og grønt fra sin varevogn bag beboerhuset på Grundtvigsvej. Afdelingsbestyrelsen havde også planer om at udvide torvehandlen med ostehandel og fiskehandel, kunne man læse.



Lokal kunstner springer ud

Opgangen, december 2011: En af Grønnedalsparkens grand old ladies, Katja Bach, sprang ud som kunstmaler. Det startede med et malekursus i Højvangen, og snart blev hun så dygtig, at hun blev opfordret til at udstille sine farvestrålende malerier i Sundhedscentret.

Her fik de smilene frem på deltagerens læber og blev taget rigtig godt imod, fortalte Katjas datter Sofie Amalie til Opgangen. Datterens yndlingsbillede var i øvrigt en lille lysrød fugl, som lignede en tissemand, og det blev da også straks solgt.



Ud i sommerlandet

Opgangen, juli 2015: Mere end 150 børn og voksne fra afdeling 17 tog på udflugt i Djurs Sommerland. Dagen startede med regn, men solen og det gode humør fik overtaget, så snart de nåede destinationen.

Det sker i Højvangen

Tøjkælderen



Onsdag kl. 19-21
I kælderen på Chr. Koldsvej 1.
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: Tøjkæl-
deren, Højvangen.
Tøjkælderen åbner første
gang **onsdag 4. august**.

Café PLC

Hver onsdag kl. 10-12 og
mandag kl. 19-21 er der kaf-
fe på kanden i Beboerhuset
på Poul la Cours Vej. Caféen
er åben for alle - uanset hvor
man bor. Caféen arrangeres af
afdelingsbestyrelsen i Afd. 39.

Motionshold

Hver tirsdag kl. 11.30- 12.30 er
der mulighed for sved på pan-
den og smil på læben. Line eller
Mette står for motion i salen i
beboerhuset på Grundtvigsvej
eller udendørs i området Alle
kan være med, og efter trænin-
gen er der frugt og snak. Der
er god plads, så man kan holde
god afstand til hinanden.

Voksen aften

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

Pizza-aften

Hver lørdag tænder Fardin op i
pizzaovnen, så den er varm fra kl.
18-20. Man skal selv medbringe
ingredienser og lave sin pizza.

Caféen



Caféen i beboerhuset på Grundt-
vigsvej er åben for alle man-
dag-fredag fra kl. 8 og indtil, der
er ikke flere folk i cafeen - dog se-
nest kl 13:30. kaffen er gratis, og
morgenbrød kan købes for 10 kr.
Den første onsdag i hver måned
kommer sognepræst Jendre Nør-
by Fyhn på besøg i caféen kl. 9.

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.

Cykelværkstedet

Cykelværkstedet på Grundtvigs-
vej 19 er som regel åben om lør-
dagen kl. 10-13.

Bydelsmødrene



Bydelsmødrene er en forening for
kvinder, der har taget uddannel-
sen til bydelsmor.
Bydelsmødrene holder til i børne-
huset og mødes den sidste tirs-
dag i måneden.
Der er Kvindecafé for alle kvinder
hver tirsdag kl. 15-17 i børnehuset
på Grundtvigsvej

Krolf

Krolfbanen i Højvangen kan brue-
ges af alle efter forudgående
kort instruktion i spillet. Det er
Irma Povlsen, der er ansvarlig,
og man kan kontakte hende på
tlf: 26859027.
Spillet kan spilles af alle.

Haverne



Beboerhaverne drives af frivillige
beboere. Der er beboerhaver på
Poul la Cours Vej og i Grønnedals-
parken. Kom og vær med, det er
helt uforpligtende. Afgroderne
kan nydes med måde af alle be-
boere i Højvangen. Havefolkene
mødes på Grundtvigs Vej torsdag
kl. 16-18, og på Poul la Cours Vej
tirsdag kl. 15-17.

A group of people, including Patrick Cakirli, are hiking on a dirt path in a park-like setting. Patrick is in the foreground, smiling, wearing a dark hoodie. Other hikers are visible in the background, some looking at their phones. A sign with the word 'ALTEN' is partially visible.

Patrick vandrer 1600 km for at sætte fokus på ensomhed

Patrick Cakirli har gennem sit arbejde med March mod Ensomhed opdaget, hvor udbredt det er at føle sig ensom, og derfor vandrer han kun sammen med andre, når han drager ud på de danske landeveje til august. På sine lange vandringer har han kun tre gange oplevet at stå stille og vente på følgeskab.

Af Charlotte Strandgaard

Mandag 13. september vandrer en særlig ung mand over kommunegrænsen mellem Odder og Skanderborg. Det er den 29-årige Patrick Cakirli, der igennem to måneder vandrer Danmark tyndt i sin 4. udgave af "March mod ensomhed". I alt 1600 km rundt i hele Danmark fra Rønne til Skagen fra Østerbro til Esbjerg. Og aldrig alene. Hvis han er alene på turen, går han i stå, og venter på følgeskab. Det hele startede i 2016, hvor han selv var ved at blive ædt op af ensomhed.

- Jeg skrev en besked på de sociale medier, der vendte op og ned på alt. Jeg var desperat og skrev, at jeg sad ved trappen ved hovedbanegården. I løbet af halvanden time var 17 mennesker mødt op for at tage hånd om mig, og jeg fik 1400 kommentarer på mit opslag, hvor folk takkede mig for mit mod, fortæller Patrick Cakirli, der selv har kæmpet med følelsen af ensomhed, siden han var 10 år.

- I 2016 og 2017 var jeg meget rundt i medierne og fortælle min historie om en turbulent opvækst på tre forskellige opholdssteder, og ord kan ikke beskrive den overvældende respons, jeg fik. Det var hjerteskrærende beskeder fra folk, der fortalte, hvor ondt de selv havde. Det inspirerede mig til at lave "March mod Ensomhed", fortæller Patrick Cakirli, der i 2017 droppede ud af sin uddannelse som webudvikler for at sætte fokus på problemet.

Allerede en måned efter drog han ud på den første March Mod Ensomhed.

- Jeg bliver ved med at gøre det år efter år, fordi jeg mærker, at der stadig er et behov for, at vi sætter fokus på og taler om ensomhed, siger han.

Selvom Patrick Cakirli i den grad har fingeren på pulsen, når det kommer til ensomhed i Danmark er han meget forsigtig med at komme med løsninger.

- Jeg er ikke fagperson. Og jeg har igennem årene lært, at ensomhedsfølelse manifesterer sig på mange forskellige måder, og folk kæmper på mange for-

skellige måder. Det der virker for mig, virker ikke for alle. Men for mig har det hjulpet at åbne op, og jeg har det meget bedre nu end dengang, selv om jeg sagtens stadig kan føle mig ensom, siger han.

Formålet med turen er derfor først og fremmest at skabe opmærksomhed, og for første gang i år, vil Patrick Cakirli også forsøge at samle penge ind.

- Machen støtter op om en sag, som man ikke tidligere måske har vidst, hvordan man kunne støtte op om. Nu har Hr. og Fru Danmark mulighed for at støtte op, siger Patrick Cakirli.

March mod Ensomhed kommer til Højvangen

Patrick og følgere ankommer til Skanderborg om eftermiddagen 13. september, og i Højvangen bliver der arrangeret fællesspisning for alle interesserede.

Konceptet handler jo om, at vi skal gøre mere sammen, så fællesspisningen er et krav i alle de kommuner, Patrick Cakirli besøger på sin vandring.

Når Patrick skal finde ly for natten bliver det også i Højvangen, i Projekt Højvangens lejlighed på Poul la Cours Vej. Næste morgen er der morgenmad på Fælled, hvorefter vandreskoene vender snuden mod Silkeborg Kommune.

Alle er velkomne til at følges med Patrick lige så kort eller langt man har lyst.

Man kan følge March mod Ensomhed på facebook siden march mod ensomhed.

De hjælper ensomme og udsatte

Tekst og foto: Thorkild Rasmussen

De møder dem tit. Ældre mennesker, som har den velkendte spiralkalender liggende på bordet. Men det eneste, der står i kalenderen, er de få aftaler, som de har med kommunens opsøgende medarbejdere. Ellers er den aldeles blank. Ingen familiesammenkomster. Ingen aktiviteter. Ingenting.

De opsøgende medarbejdere er sygeplejerske Kim Henriksen og ergoterapeut Lotte Nygaard. De er ansat i Skanderborg Kommunes Fagsekretariat for Sundhed, Omsorg og Handicap, og de er ansat til at lave opsøgende arbejde hos mennesker over 65 år, som har ondt i livet, og som har brug for hjælp til at komme ud af fx ensomhed. Nogle gange bliver Kim og Lotte kontaktet af borgeren selv, men det er ikke det almindelige. Oftere er det naboer, hjemmeplejen eller et familiemedlem, der er bekymrede for et menneske. Og det hænger ifølge de opsøgende medarbejdere sammen med, at ensomhed ikke lige er noget, man går og skilter med.

- Man skal være meget forsigtig, når man taler ensomhed. For ensomhed er altså et tabu. Vi skal sidde og snakke med borgeren et stykke tid, inden vi snakker ensomhed, fortæller Kim og understreger det med et eksempel:

- Jeg havde en i fredags, en mand som jeg er kommet hos længe, hvor jeg siger: Handler det her i virkeligheden om, at du er ensom? Og så SKAL jeg da love for, at vandet det løb! Fordi det var jo det, han egentlig ville snakke om, lyder det fra Kim.

Et andet tabu, som Lotte og Kim møder, er manglende kontakt til familien, især til ens børn. For det ligger ligesom i de almindelige sociale spilleregler, at man skal have et godt og rigt familiesamvær.

- Vi kan godt opleve, at vi først langt hen ad vejen finder ud af, at det er sådan, det forholder sig, fordi det er meget smertefuldt at snakke om. Hvis relationen til fx børnene er brudt eller dårlig, så er det jo næsten mere smertefuldt, end hvis man ikke havde nogle børn, fortæller Lotte.

Disse har ekstra stor risiko for ensomhed:

- Ældre mænd, som er blevet alene
- Tilflyttere, som ikke har noget netværk
- Mænd med anden etnisk baggrund
- Mennesker, der har været igennem langt sygdomsforløb

Mænd er mest sårbare

Der sidder mange ensomme mennesker, som savner livskvalitet. Ikke bare i Højvangen, men i hele kommunen. Ja, hele landet. Og det er naturligvis ikke kun ældre, der kan være ensomme, men det er den målgruppe, som Kim og Lotte har. På årets første fem måneder har de fået cirka 70 henvendelser, og til stadighed har de godt 50 udsatte, ældre mennesker, de kommer hos.

Og langt de fleste af dem er mænd. Næsten tre ud af fire. Og ensomheden har ofte følgeskab af dårligt helbred og stort alkoholforbrug. Det er velkendt, at mænd er dårligere end kvinder til at gå til læge og derfor ofte kommer for sent. Og mænd er altså også oftere ensomme.

- Vi møder rigtig mange ældre mænd, som har levet i et ægteskab og er blevet alene, fordi de har mistet konen. Og der er de ret udsatte for at blive ensomme, fordi det meget ofte har været deres kone, der har været bindeleddet til familien og til aktiviteter uden for hjemmet. Oven i sorgen og savnet efter at have mistet kan det være svært for mænd at etablere nye kontakter. Der er kvinder meget mere opsøgende, end mænd typisk er, fortæller Lotte.

Besøgsvenner er guld værd

Kim Henriksen og Lotte Nygaard har en stor fordel, når de besøger ensomme. De planlægger selv, hvor lang tid der skal sættes af, og hvor mange gange. Modsat de ansatte i hjemmeplejen har de mulighed for at sidde og snakke i måske 45 minutter, hvis det er det, der skal til.

Sådan kan DU hjælpe en, som er ensom:

- Drop berøringsangsten. Hvis naboen fx har været syg, så spørg endelig, hvordan det går.
- Bank på hos naboen og spørg, om han eller hun vil med til et arrangement. Og tilbyd at følge med HELE vejen, til vedkommende sidder trygt på sin stol. Og hjem igen.
- Tænk på, at nogle ældre skal tisse tit. Hjælp dem ved at placere dem tæt på toiletet og gør dem opmærksom på, hvor toiletet er. Det giver tryghed.
- Mange ældre hører dårligt. Det kan virke ekskluderende, når de sidder blandt mange mennesker. Hjælp dem ved at placere dem strategisk, så de bedre kan følge med i det, der bliver sagt.



Ældre og ensomme mennesker kommer ikke til fællesarrangementer af sig selv. De skal have en hjælpende hånd. Meget gerne af frivillige, er budskabet fra Kim og Lotte fra kommunens opsøgende team for 65+.

Men på et tidspunkt stopper det, og så har de forhåbentlig hjulpet den ældre med at finde nogle gode støtter og kontakter. Bl.a. samarbejder de med Røde Kors og Ældre Sagen om at finde besøgsvenner. Gode besøgsvenner hænger dog ikke på træerne, og derfor kommer der en klar opfordring fra Kim til beboerne her i Højvangen:

- Jeg kunne godt tænke mig, at flere ville være frivillige eller besøgsvenner. Hvis I fx har et arrangement i jeres fælleshus, jamen tænk, hvis der var en frivillig, der lige gik hen til fru Hansen henne i nummer 5, hende der er dårligt gående og har svært ved at komme ud, og sagde: Jeg skal nok følge dig. Man opnår to ting ved det: Den, der kommer med, får en god dag. Og den, der hjælper, får oplevelsen af at gøre en forskel. Det giver noget begge veje, lyder det fra Kim.

I det hele taget understreger de to, at man ikke kan bekæmpe ensomhed ved bare at arrangere nogle aktiviteter som fx fællesspisning og udflugter. For de, der har mest brug for at møde andre og komme ud af ensomheden, de kommer ikke ud af lejligheden selv.

For at det bliver en succes, er det uhyre vigtigt, at der er nogle, der påtager sig værtsrollen og bogstaveligt talt tager den udsatte i hånden og hjælper vedkommende på plads. Bare det at stå i en forsamling og ikke vide, hvor man skal sidde, kan være uoverkommeligt, hvis man i forvejen er sårbar.

Her kan du få hjælp, hvis du er ensom, eller kender en, der er:

Sygeplejerske Kim Henriksen.
Tel: 20523110.
Mail: kim.henriksen@skanderborg.dk

Ergoterapeut Lotte Nygaard.
Tel: 21649718.
Mail: lotte.nygaard@skanderborg.dk

Hvis du føler dig ensom eller udsat, men ikke er over 65 år, kan du kontakte:
Gadesygeplejerske Kirsten Clausen.
Tel: 30529981
Socialfaglig medarbejder
Torben Christensen.
Tel: 23826134

Sig mig, hvem bestemmer egentlig her?

Af Thorkild Rasmussen

Pizzaovnen ryger, så man tror, man bor i en spejderlejr. Hoppepuden larmer, så det ind imellem lyder som Djurs Sommerland. De har gudhjælpemig også inddraget to parkeringspladser til elbiler, selvom der endnu ikke er nogen elbiler. Og nu går der ligefrem rygter om, at vi skal have et orangeri!

Måske er du en af dem, der ind imellem spørger: Hvem har nu lige bestemt, at vi skal have de ting? Hvem bestemmer egentlig her i Højvangen?

Det spørgsmål har vi prøvet at stille til nogle af dem, der har en finger eller to med i spillet. Og vil du allerede nu have hovedkonklusionen, så er den nok, at de, der bestemmer, er dem, der blander sig i det daglige og møder op til beboermøderne.

Erling Weber Jensen, direktør i SAB:

I forhold til det formelle så er det SAB's repræsentantskab, som er øverste beslutningsorgan. De nedsætter en hovedbestyrelse, som jeg refererer til.

I forhold til afdelingerne, så er det årlige afdelingsmøde øverste beslutningsorgan – de nedsætter en afdelingsbestyrelse, som varetager den daglige "drift" af afdelingen. Således er det også afdelingsbestyrelsen, der i dagligdagen beslutter, hvad der skal ske i afdelingen. Men selvfølgelig inden for de rammer, som det årlige afdelingsmøde har godkendt. Afdelingsbestyrelsen har den løbende kontakt med administrationen, og sammen beslutter vi, hvad og hvornår vi igangsætter arbejderne. Det er altid administrationen, der indhenter tilbud og igangsætter arbejderne ift. entreprenørerne.

Afdelingsbestyrelsen er ikke økonomisk eller juridisk ansvarlig – det er alene administrationen og SAB's hovedbestyrelse, der har dette ansvar.

Maiken Poulsen, forperson i afdeling 39:

Hvis man vil have indflydelse, så er det vigtigste at komme til det årlige møde. Men ellers så kom til mig, hvis der er noget, du vil have taget op. Hvis der er noget, man er utilfreds med, så er det bedste bare at komme til os i bestyrelsen i stedet for at ringe til kontoret. Og vi vil rigtig gerne se og høre mere fra beboerne.

I bestyrelsen bestemmer vi de dagligdags ting, dog under hensyntagen til budgettet. De større ting tager vi op på årsmødet. I det hele taget prøver vi at tage mere og mere op på årsmødet for ikke at virke for diktatoriske. I øvrigt sidder jeg kun som formand på beboernes nåde. Hvis man vil vippe mig af pinden, så kan man altid gøre det på årsmødet.

Lars Nielsen, formand i afdeling 17:

Det kommer an på, hvad vi snakker om. Det meste af det, vi beslutter i bestyrelsen, er i forbindelse med ordensreglementet. Og så har vi et budget til mindre ting, og som vi kan styre selv uden at spørge nogen.

Men er det store ting som fx et orangeri, så er det beboerne selv, der skal beslutte det demokratisk på et ekstraordinært beboermøde. Her lægger arbejdsgruppen projektet frem, og hvis et flertal af de fremmødte forkaster det, er der ikke noget at gøre. Så er det ud-debateret.

Med andre ord: Hvis ikke man møder op til et beboermøde og stemmer, så er det ens egen skyld, hvis ikke man har indflydelse. For det er på beboermødet, at de store beslutninger tages.

Charlotte Strandgaard, projektleder i Projekt Højvangen:

Kort sagt: Beboere, der er aktive og ønsker indflydelse, bestemmer i deres egen afdeling (de refererer selvfølgelig til hovedbestyrelsen i Midtjysk Boligselskab og SAB).

Hvis man ønsker at bestemme i fx Hundeskoven, så melder man sig ind i Hundeskovens styregruppe.

Hvad så med pizzaovnen?

Charlotte: Pizzaovnen er skænket af Tuborgfondet og oprindeligt en del af en idé om at få flere børn og unge i haverne. Det var en del af samarbejdet mellem Projekt Højvangen og foreningen Sammen Gror Vi og én af indsatserne i helhedsplanen, der handler om aktiviteter for børn og unge. Nu er den overdraget til afdelingsbestyrelsen, dog med den klausul, at den ikke kan sælges.

Hvad så med shelteret?

Charlotte: Shelteret og bålhytten i Afd. 65 samt flere havekasser blev indkøbt for en ekstra gave, Smukfonden ønskede at give til Højvangens Haver. Der kørte en proces med beboermøder og efterfølgende arbejdsgruppe med to beboere fra hver afdeling, der sammen fandt frem til, hvordan pengene skulle bruges. De enkelte afdelingers bestyrelser godkendte forslagene fra arbejdsgruppen.

Shelteret er nu overdraget til Afd. 39 med samme klausul om, at det ikke må videresælges.

Hvad så med hoppepuden?

Charlotte: Området ved Røde Løver er kommunalt, så alt, hvad der er sket dernede de seneste tre år, er lavet i et samarbejde mellem Projekt Højvangen og Skanderborg Kommune. Vi ønskede at skabe et mere attraktivt sted, hvor der før var en forfalden, forladt og tilgroet legeplads. Idéen om en hoppepude er opstået efter en stor børne- ungeundersøgelse, vi lavede i 2019. Her gav mange børn udtryk for et ønske om trampoliner, men det har vist sig at være svært at etablere. Nu står hoppepuden på offentlig grund, og svarer derfor til legepladsen på den anden side af Skolestien, som også er offentlig.

Shaimaa elsker sit nye job

Tekst og foto: Charlotte Strandgaard

Det lyser ud af Shaimaa Al-Atwan, at hun trives i sit job som huspasser i Børnehuset i Højvangen. Jobbet består i at være en god husvært for de mange forskellige fagpersoner og borgere, der kommer i huset i forbindelse med fysioterapi, sproggrupper eller familieiværksættere. Derudover passer hun godt på huset på alle tænkelige måder.

- Jeg er så glad for det her job, og for første gang er jeg stolt af mig selv, siger hun storsmilende.

Shaimaa kommer oprindeligt fra Irak og har boet i Danmark i 10 år.

- På grund af dette job er jeg pludselig kommet meget tættere på danskerne, og jeg begynder at forstå, hvordan de arbejder og tænker. Det har ændret mit liv, og nu føler jeg mig også dansk for første gang, siger hun.

Kom ud og kig på Verden

Jobbet som huspasser var også årsag til, at Shaimaa for nylig meldte sig på banen som ny forkvinde i foreningen Bydelsmødre i Skanderborg.

- Før var jeg meget genert, men nu er jeg blevet stærk – og meget bedre til dansk, fortæller hun, der håber, hun kan være med til at gøre en forskel for andre kvinder.

- Mit budskab er, at man ikke skal lukke sig inde i sit hjem eller i sig selv. Man skal komme ud og kigge på verden. Det har hjulpet mig, siger hun, der igennem mange år har været frivillig i mange sammenhænge i Højvangen.



Som forkvinde håber hun på at kunne lære andre kvinder om frihed og rettigheder.

- Det er ikke noget, man lærer om i mit hjemland, så det er vigtigt, vi lærer det her, siger Shaimaa Al-Atwan.

Ny bestyrelse hos Bydelsmødrene

Tekst og foto: Charlotte Strandgaard



Det krævede flere udsættelser at få afholdt bydelsmødrenes årlige generalforsamling. Under nedlukningen mødtes kvinderne på zoom, og det blev aldrig et tilløbsstykke, så spændingen var stor forud for generalforsamlingen. For hvor mange ville dukke op nu? Men bydelsmødrene mødte op – og fik valgt en ny stærk bestyrelse, der allerede samme aften gik i gang med at planlægge månedsmøder og aktiviteter for resten af året. Bydelsmødrenes nye, stærke bestyrelseshold: Fra venstre er det Ramzia, Nihad, Shaimaa, Marta, Iman og Maryam. Shaimaa er den nye forkvinde, mens Nihad er næstforkvinde. Marta er foreningens kasserer, Ramzia sekretær og Maryam står for facebook. Iman og Saha (ikke med på billedet) er suppleanter.

Nyt fra Afd. 39

Af Maiken Poulsen, formand

Endelig er Danmark ved at åbne op igen, og en mere "normal" hverdag for alle er ikke langt væk. I takt med at restriktionerne bliver løftet, er vi i bestyrelsen også ved at åbne op igen og er så småt begyndt at starte vores aktiviteter op igen.

Det betyder at både vores mandag aften- og onsdag formiddags cafe er åbnet op igen. Kan du fremvise en negativ coronatest, eller er blevet vaccineret, er du meget velkommen! Vi glæder os meget til at se jer. Vi har ændret lidt på vores åbningstid i kontoret, så vi nu sidder på kontoret onsdag kl. 19 - 21. Vi sidder klar til at hjælpe dig/jer. Bestyrelsen holder sommerferie i uge 29 til og med uge 32, og der er derfor ingen aktiviteter i den periode.

Bestyrelsen og jeg håber, i får en rigtig god sommer, hvor vejret forhåbentlig er blevet bedre end nu.

HUSK
Beboermødet torsdag 26. august kl. 17.30

OBS: Fælleshuset er lukket for udlejning 15. juli til 15. august

Vores havehold er startet - og de mangler dig/jer!

Af Maiken Poulsen

Vi vil så gerne have flere af jer beboere på vores havehold, så haveprojektet bliver et projekt til glæde for alle i hele afdelingen!

Alle beboere er mere end velkomne til at tage af afgrøderne, men kun til eget forbrug.

Vores have er til for alle, så kom ned og se hvad vi laver - der er altid kaffe på kanden og tid til en hyggelig snak. Haveholdet er i haven hver tirsdag fra kl. 15 - 17.

Vi har desværre oplevet hærværk i vores have et par gange, og det er vi rigtig kede af, for det koster en del penge.

Haven har i løbet af det sidste år fået en del frugtbuske doneret, så vi ikke skulle bruge penge på det. Desværre har hærværket betydet, at vi måtte ud og købe nye buske.

Vores frugttræer har også været udsat for hærværk - de er blevet hevet op af jorden, så vi måtte plante dem igen. Heldigvis var de ikke så skadede som hindbærbuskene.

Det er ærgerligt, at vi skal bruge penge på bl.a. nye hindbærbuske - penge som vi kunne have brugt andre steder i haven.

Der er mange af jer der ind i mellem går en tur med jeres hund i vores haver, og kigger på hvordan det skrider fremad - men vi beder jer om at passe på med, hvor i lader hunden gå.

Det er ikke så lækkert, at skulle så gulerødder imellem hunde- efterladenskaber.

Hundesnorene har det med at hive fat i vores nyplantede hindbærbuske, vi beder om, at i undgår at komme for tæt på med snorene



Nyt fra Afd. 17

Et lille formands- skriv fra Afd. 17.

Af Lars Nielsen

Som nogle af jer har hørt, så arbejdes der fra SAB / Projekt Højvangen samt undertegnede på et stort projekt omkring et orangeri i Afd.17.

Der er i den forbindelse blevet inviteret beboere til at kunne danne en arbejdsgruppe, så det i sidste ende er beboerne, der kommer med den færdige ide til en præsentation på et beboermøde.

Vi er nu nået så langt i projektet at SAB og Projekt Højvangen har trukket sig tilbage, og jeg nu står med en arbejdsgruppe, som skal levere et færdigt ønske/forslag d. 1 juli. Derefter arbejder SAB videre med deres arbejde ud fra arbejdsgruppens ønske.

Jeg må indrømme, at dette er et projekt, der rigtig varmer i mit indre at se en flok beboere i en gruppe, samarbejde omkring et projekt, der er til hele Afd. 17. Samt at lægge en masse kræfter i et arbejde, der til sidst bliver en demokratisk beslutning af jer. Det er (undskyld mit sprog) sgu fedt at følge med i og ikke mindst være en del af.

Derudover kan vi nu mærke at lille Danmark er delvis åbnet igen, i hvert fald er flere af vores frivillige kommet på banen igen.

Aktivitetsudvalget er i fuld gang med deres arbejde, Cabaret-holdet har fået sat deres dato for en forestilling, Åndehullet er i gang igen, og Tøjkælderen åbner til august. Og selvfølgelig også Cykelværkstedet i gavlen af NFS. Grundtvigsvej 19.

Vi nærmer os hastigt beboermødet d. 16. september...

Og igen kender i forhåbentlig mig, som den der opfordrer jer beboere til at tænke over, om i vil være en del af bestyrelsen i Afd. 17 enten som en aktiv del af bestyrelsen, eller som suppleant. I år har vi jo valgt, at suppleanterne kunne være en aktiv del af bestyrelsen, vælg at mærke, hvis de selv ønsker det. Jeg ser personligt, at dette er en stor fordel, hvis og så fremt der sker en omrokering, så er det rart at suppleanten er klædt ordentlig på. Dette skete jo desværre, Kaj måtte trække sig.

Masser af planer i Aktivitetsudvalget

Af Marianne Nielsen

Aktivitetsudvalget har en masse planer for i år, og længes efter at komme i gang med aktiviteter til Jer I juni har vi arrangeret en tur til Tyskland, så vi kan komme ned og "sommer-shoppe". Senere på måneden går vores årlige sommerudflugt til Legoland. Vi håber, I er lige så klar til at komme afsted på tur, som vi er. Mundbind og test er et krav endnu, men vi håber på jeres støtte, selvom det godt kan virke lidt besværligt. Forhåbentlig er det snart ovre. Vi går med hastige skridt sommerferien i møde, men vi er max klar igen efter ferien. Hvis I har nogle ideer til aktiviteter næste år, så tøv ikke med at sende en mail til os på; musmouse5@gmail.com.

God sommer til jer alle, hilsen Aktivitetsudvalget



Projekt orangeri

Penge til et overdækket udekøkken kan (måske) blive til et helt orangeri. På et beboermøde 17. november blev denne arbejdsgruppe nedsat for at undersøge, hvordan en bevilling fra Friluftsrådet bedst kan udnyttes til glæde for flest mulig. Og der tænkes store tanker i arbejdsgruppen, som arbejder med en idé om at opføre orangeri på den store plæne ved flagstangen. Tekst og foto: Thorkild Rasmussen

Projekt Højvangen

Poul La Cours Vej

Poul La Cours Vej



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



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



Jytte Ramlov
Tovholder for
Familiindsatsen
Tlf: 61779338



Tine Sædholm Pedersen
Projektmedarbejder
Børn og unge
Tlf: 60605044



Katja Bach Dam
Praktisk og kreativ
medarbejder



Tina Gercke
Tovholder,
Haverne, Afd. 39



Fardin Rahmani
Tovholder,
Pizzaovn

Styregruppen for Projekt Højvangen

Erling Weber Jensen,
Direktør SAB
Anita Skarregaard Didriksen,
Forretningsfører Midtjysk
Boligselskab
Lisbet M. Jensen,
Skanderborg Kommune
Lars Nielsen, Afd. 17
Lotte Lundbøl, Afd. 17
Maiken Poulsen, Afd. 39
Iben Hansen, Afd 39
Joan Løvendahl,
Forkvinde for Fællesspisning
Shaimaa Al-Atwan, forkvinde
for Bydelsmødrene
Charlotte Strandgaard
Peter Gregersen

Bestyrelsen afd. 39



Maiken Poulsen
Formand
Styregruppen,
Projekt Højvangen



Iben Hansen
Næstformand
Styregruppen,
Projekt Højvangen



Marie Hansen
Haverne



Peder Paarup Sørensen
Sommerfest



Connie Ibsen
Haverne

Find os på Facebook
beboer forum afd. 39



Mød bestyrelsen

Bestyrelsen træffes hver onsdag
kl. 19-21 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.

Afdelingsbestyrelsen holder ferie fra
d. 15. juli til 15. august

Ejendomsfunktionærer

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

Akut ordning

Beboerne skal ringe til Dansk Industri-
og Skadeservice: 70500510.

Bestyrelsen afd. 65



Tara Grove
Forkvinde



Preben Boel



Karin Kofoed



Michael Schade



Sidse Hansen

Find os på Facebook
poul la cours vej afd. 65



Drift

Driftstelefon 8652 2177, tast 2 for drift

Genhusningskonsulent

Bente Würtz
Mail: genhusning39@bdk.dk

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. inkl. slu-
trentøring.
For beboere i andre afdelinger i
Midtjysk Boligselskab: 2500 kr. inkl.
slutrentøring, depositum 1500 kr.
Pris for en enkelt dag:
For beboere i Afd. 39: 1250 kr. inkl.
slutrentøring, depositum 1000 kr. For
beboere i andre afdelinger: 1250 kr.
inkl. slutrentøring, depositum 1500kr.
Fælleshuset er lukket for udlejning 15.
juli til 15 august

Bestyrelsen



Lars Nielsen
Formand
Styregruppen,
Projekt Højvangen
It- ansvarlig



Else Hylleberg
Husansvarlig



Lotte Lundbøl
Næstformand
Styregruppen,
Projekt Højvangen
Have- styregruppen



Irma Povlsen
Sekretær
Kroff- ansvarlig



Michael Edvart
Aktivitetsudvalget
Åndehullet
Diskotek, sal og musik



Eva Vejle
Trailer
MC-skure
Kælderrum



Sarah Danefeldt Iversen
Fællesspisning
Sommerfest
Opgangen

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 kælderrum, 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
Jan Gadkjær, Paw Leth-Andersen
Nicolaj Simonsen, Marianne Nielsen
Karina Meyer, Else Hylleberg
Michael Edvart og 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

Adm. Skanderborg Andelsboligforening SAB

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

Find os på Facebook
Skanderborg andelsboligforening



Lokalinspektør

Fejl og mangler meldes til driftstelefonen: 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 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.

Bestyrelsen har besluttet, at Beboerhuset i år kan lejes ud i juli måned også, på grund af, at der har været så mange aflysninger under nedlukningen.

Flaghejsning

Beboere i Grønnedalsparken kan få flaget hejst på flagstangen mellem Chr. Koldsvej og Grundtvigsvej. Kontakt i god tid:
Egon Mortensen, tlf: 31159685
Send en sms mellem kl. 19-20, og Egon ringer tilbage.

Boligsocial vicevært, STU-kollegiet



Michael Damkær

Sundhedskonsulent



Line Vindbæk Andersen
tlf: 24926013
lva@skanderborg.dk

Skanderborg Kommunes opfølgende team for socialt udsatte



Kirsten Clausen,
Gadesygeplejerske
Tlf.: 30529981



Torben Christiansen
Socialfaglig medarbejder
Tlf.: 23826134

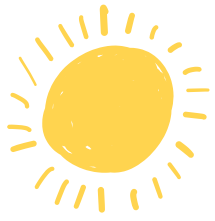
Skanderborg Kommunes opfølgende team for 65+



Kim Henriksen
Sygeplejerske,
Tlf.: 20523110



Lotte Nygaard
Ergoterapeut
Tlf.: 21649718



Jubiii nu er det sommerferie

Af Signe Bang Haaning

Her i Højvangen er det godt at være barn og ung- og i ferien vil vi gerne lave en masse sjov sammen med jer, hver onsdag fra uge 26-31.

Vi håber på en masse dejlige sommerdage med jer

Vi starter med en skovtur til Vestermølle med kage, saft og vandsjov. I uge 27 satser vi igen i år på, at fylde en bus op med glade børn og unge som vil med til Djurs sommerland på en heldags-tur. Vi glæder os

Vi får også tid til at hygge hjemme i området. Vi planlægger en "Kom og vær kreativ dag" og en dag i "Jordbærrenes tegn" hvor vi laver jordbær-kage, jordbærmarmelade og jordbærdrik

Vi får også tændt op i pizzaovnen en eftermiddag, der sørger vi for at have lækkerier klar, så vi sammen kan få bagt en masse lækre pizzaer. På sommerens sidste ferie-onsdag går turen til Birkhede Camping i Ry, hvor vi skal nyde deres dejlige plads, og lege, bade i vandlandet og spise is

Den første gang man deltager, skal man have forældre med og udfylde et skema med kontaktoplysninger og samtykke til foto, badning og evt. kørsel i egen bil. Man kan også kontakte Projekt Højvangen og tilmelde sig inden sommerferien.

Som udgangspunkt er aktiviteterne for børn, der går i skole, men der kan være andre aldersgrænser på nogle af turene

Vi ses i sommerferien

Hilsen

Projekt Højvangen



Der vil være forskellige voksne til sommerferieaktiviteterne. På billedet er det Niklas og Signe, som har planlagt sommerferieaktiviteterne sammen med et par unge her fra Højvangen.