

OPGÅNGEN



150.000 kr. fra Smukfonden
Lilian lærer andre at tackle
angst og depression
På besøg i Cykelværkstedet

Redaktionen



Charlotte Strandgaard
Ansvarshavende
redaktør



Else Hylleberg
Korrektur



Marianne Nielsen
Journalist



facebook

Find os på Facebook
Projekt Højvangen

Forside: Peter Gregersen og Bjørn Hansen

Kontakt redaktionen:

charlotte@projekthojvangen.dk

Grafik og layout:

Anne Brønd, FGU Sydøstjylland

Tryk:

Huset Venture - Oplag: 1100 stk.

Næste blad udkommer december 2019

Deadline 1. november. Materiale til bladet sendes som uformateret tekst, billeder sendes ved siden af.

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)

HJÆLP TIL RYGESTOP

Kan du samle 6 deltagere, så opretter vi gerne et hold kun for jer.

Kontakt Birgit på tlf. 2163 9177

skanderborg.dk/rygestop

GRATIS
NIKOTIN
ERSTATNING
til kursister med
forbrug på over
15 cigaretter
dagligt

KÆRE CIGARET
-JEG SLÅR OP

Peter "Projekt" fylder 60 år

Peter ved selvfølgelig ikke, at jeg skriver denne artikel om ham. Ligesom han heller ikke ved, at han i dette nummer af Opgangen selv er endt på forsiden. For hvis han vidste det, ville han ikke gå med til det. Så ville han i stedet sætte en beboer på forsiden og sige: "det handler jo ikke om os – men om beboerne". Og deri har Peter ret – men denne gang – i anledning af hans 60 års fødselsdag er han altså nu havnet i spotlyset.

I otte år har Peter Gregersen været en fast bestanddel af Højvangen. Før han kom hertil, havde han en lang karriere som pædagog bag sig – senest 16 år på Sct. Georgsgården (sfo og klub i Skanderborg), hvor han var afdelingsleder. Børn og unge står stadig Peters hjerte nærmest, og hans kærlighed til de børn og unge, der har det svært, er dybt rørende, og listen over alle de gange Peter har hjulpet en ung med enten en opbyggende snak eller en udstrakt hånd, er lang. Selv finder han stor tilfredshed ved konstant at have 10 unge mennesker ude i lommepengejobs, fordi det i så høj grad giver dem et kærligt skub i den rigtige retning i livet.

Men det er langtfra kun Højvangens nye generation, der har glæde af Peter. Uanset hvem, der dukker op på projektkontoret – og næsten uanset hvor travlt, der er, bliver alle mødt på samme positive måde af Peter. Det er ubeskriveligt inspirerende at opleve, hvordan han favner alle mennesker og deler ud af sin gode karma. Mange konflikter mellem beboere er blevet håndteret med Peter som mægler, og han er aldrig bange for at banke på døre hos forældre, hvis børn er indblandet i konflikter i området.



Peter er altid handlingsorienteret og hjælper ofte beboere med opgaver, der ligger ud over hans jobbeskrivelse. Han gør det, fordi han kan se, det virker.

"Hvis jeg lige hjælper med det, så frigør det nogle ressourcer hos den person, som han/hun måske vil give videre til sine børn eller andre. Så det er givet godt ud", kunne et typisk svar fra Peter lyde.

Og netop i denne helhedstanke ligger styrken i det boligsociale arbejde generelt og i særdeleshed i Peter Gregersens tilgang. At se os alle – se hele kvarteret og det omgivende samfund som en organisme, der påvirker og påvirkes af hinanden. At forstå, at man giver det videre, man selv bliver mødt med. At vi giver det videre til vores børn, vi selv er blevet mødt med. Og heri ligger også nøglen til at forstå, hvorfor Højvangen undergår en forandring. Vi møder os selv og hinanden på en ny og kærligere måde. Takket være de ringe, som langsomt breder sig i kvarteret – ikke mindst en helhedsplan med mange aktører – og ikke mindst en ildsjæl som Peter.

Så tak - Peter Projekt Gregersen – fordi du hver eneste dag møder med fornyet positiv energi, som du gavmildt deler ud af. Fordi du insisterer på, at der skal være en kæmpe sommerfest i Højvangen og siger "det er vigtigt at holde en god fest". Tak fordi du skaber mening, fordi du altid vil det gode, og fordi du er verdens bedste kollega. Stort tillykke med fødselsdagen mandag 28. oktober.

Charlotte

Kom og sig tillykke til Peter Gregersen. Mandag 28. oktober kl. 15-16 fejrer vi den runde fødselsdag med kaffe, saft og kage-mand i Beboerhuset på Grundtvigs Vej.

Flyttedag for Hobbyklubben

Af Charlotte Strandgaard

Hobbylejligheden på Poul la Cours Vej 17 har i et halvt år været genhuset i pavillon ligesom alle andre beboere på Poul la Cours Vej. Den 21. august kunne vi flytte tilbage i den nyrenoverede lejlighed, der nu også har fået køkken. Hvis man gerne vil lave noget kreativt i fællesskab med andre kan kontakte Katja på tlf: 60224207.



Præsten kommer forbi

Tekst og foto: Charlotte Strandgaard

Kirken og Projekt Højvangen har i mange år haft et rigtig godt samarbejde, som bl.a. har betydet, at kirkens frivillige har deltaget i alle sommerfester i Højvangen med forskellige boder og aktiviteter. Men sognepræst Jendre Nørby Fyhn har et ønske om at komme mere ud og snakke med folk, og har fået lov til at komme i cafeen på NFS. Grundtvigs Vej den første torsdag i hver måned.

- Jeg kan godt lide at komme ud at snakke med folk, og være i dialog om både små og store ting i livet. Vi præster beskæftiger os jo meget med eksistentielle spørgsmål og står sammen med mennesker i mange forskellige livssituationer. Så man kan snakke med mig om både alvorlige ting og hverdagsagtige ting, siger Jendre Nørby Fyhn.

Under Smukfest havde kirken i Skanderborg åbnet Slotskirken for forskellige arrangementer, og mange festivalgæster benyttede sig af lejligheden for at kigge forbi.

- Her fik vi mange spørgsmål lige på og hårdt som f.eks. "Hvad sker der, når man dør?". Jeg kan godt lide at blive udfordret på den måde, af folk, der måske ikke normalt kommer i kirken, siger Jendre Nørby Fyhn.

Den lokale præst har allerede været et smut forbi cafeen, og er at finde der igen torsdag 3. oktober, 7. november og 5. december kl. 9 - 11.



Så kan der leges i Aktivitetsparken



Kommunens nye aktivitetspark ved Skolestien er blevet rigtig flot og bruges flittigt af mange børn.

Foto: Charlotte Strandgaard

HUSK: STOR LEGELAND—



Mandag – tirsdag – onsdag
i uge 42
Hver dag kl. 10-15

I Gymnasiehallen på
Højvangens Torv.
Du må meget gerne tage
dine forældre med.

Fortællehulen er klar igen

Tekst og foto: Charlotte Strandgaard

I foråret tjekkede omkring seks børn ind i Fortællehulen i Børnehuset hver fredag til højtlesning og hygge. Nu bliver dagene kortere, og vi får lyst til at krybe indendørs for at hygge os med indadvendte aktiviteter. Derfor er det tid til at lade Fortællehulen starte op igen til en ny omgang højtlesning. Anne Nørby Fyhn er med som frivillig oplæser igen, og hun har fået en ny makker – nemlig Maja Skau-Olsen. Fortællehulen holder til i Børnehuset på Grundtvigs Vej, men vil denne gang også tage på besøg hos nogle af de børn, der deltager. Børnene og deres forældre kan, hvis de ønsker det, være værter for Fortællehulen.

Målet med Fortællehulen er at give børnene gode oplevelser med bøger sammen med andre børn fra kvarteret.

Målgruppen er børn fra 6-8 år. Fortællehulen vil foregå om tirsdagen kl. 16-17 med opstart 1. oktober. Hvis du har et barn, der gerne vil være med, kan du kontakte Peter (4030 9581) eller Charlotte (3074 2690) i Projekt Højvangen.



Anne Nørby Fyhn (tv) og Maja Skau-Olsen glæder sig til at se nye børn i Fortællehulen fra 1. oktober.

Føler du dig også ensom?

Af Lisbeth Gasbjerg, Come Together

Så er du ikke alene. Flere og flere føler sig ensomme og savner nærvær med andre mennesker. I Come Together hjælper vi unge over 16 år ved at matche dem med en mentor, som de mødes med minimum to gange om måneden. Mange bliver glade for at have en, de kan lave mad sammen med, gå en tur med, eller som kan tage dem med til en idrætsgren, som begge er interesserede i. Faktisk er listen af muligheder lang - se evt. "listen over 100 ting, man kan lave sammen" på Come Togethers hjemmeside.

Det er vigtigt for os, at vi matcher de unge med den helt rigtige mentor, hvor både interesser og kemi passer sammen, så det bliver en positiv oplevelse for både den unge og mentoren. Hvis du også føler dig ensom - eller hvis du har lyst til at melde dig som mentor, så kontakt Come Together på mail: guni@cometogether.dk eller på tlf. 23722537.

Du kan også læse mere på cometogether.dk

Vores motto er: Sammen er sjovest



Gunni Blom og Lisbeth Gasbjerg fra Come Together er klar til at matche nye mentorer og mentees. Foto: Charlotte Strandgaard

Mentor:

- Over 20 år
- Har lyst til at dele f.eks. en fritidsinteresse med et ungt menneske
- Har tid til at mødes minimum to gange om måneden
- Har lyst til at lave mad, gå ture eller i biografen
- Kan hjælpe den unge med en konkret udfordring - f.eks. valg af uddannelse
- Har en ren straffeattest

Mentee:

- Mellem 16 og 35 år
- Føler sig ensom
- Mangler en ressourcestærk voksen i sit netværk
- Mangler en at dele en fritidsinteresse med
- Har brug for hjælp til at komme videre f.eks. valg af job eller uddannelse

Tusind tak til Smukfonden

Af Charlotte Strandgaard

Når mere end 50.000 mennesker fester til Smukfest, giver det som regel et overskud. En del af dette overskud går til Smukfonden, hvis formål er at støtte initiativer, der skal modvirke ensomhed. Fredag i festivalugen sendte Smukfonden 150.000 kr. videre til Haverne i Højvangen med en forventning om, at det fællesskab, der er opstået der, nu kan blomstre og vokse sig endnu stærkere. Pernille Benzon fra foreningen "Sammen Gror vi" modtog den store check på scenen af borgmester Frands Fischer. Det er Sammen Gror Vi, der har søgt om fondsmidler til at etablere de nye havefaciliteter for.

- Det er skønt, at Smukfonden endnu en gang betænker Haverne i Højvangen, sagde Pernille Benzon efterfølgende om donationen.

Smukfonden har tidligere givet 50.000 kr., som bl.a. er brugt på renovering af bålhytten og etablering af et nyt bålsted på plænen mellem Grundtvigs Vej og Kolds Vej.



Det var en glædelig overraskelse, da Haverne i Højvangen fik overrakt 150.000 kr. af borgmester Frands Fischer af Smukfonden under Smukfest 2019. Foto: Per Bille/Ry Foto

Hurra for Haverne

Af Charlotte Strandgaard

Overdækning af udekøkken og pizzaovn. Flere borde og bænkke. Frugttræer.

Det var bare nogle af de mange forslag, der kom på bordet, da omkring 50 beboere fra Grønnedalsparken og Poul la Cours Vej mødtes til fest i og for Haverne torsdag 5. september.

I grupper fandt de fremmødte frem til de ideer, de allerhelst ser blive til virkelighed for de 150.000 kr., Smukfonden har skænket. Som udgangspunkt kan alle de tre afdelinger i området få del i den nye donation, sådan at så mange som muligt kan få fornøjelsen af at dyrke sine egne grøntsager eller at mødes med naboer om bålet.

I forhold til de allerede eksisterende Haver i Grønnedalsparken var der bred enighed om, at det er nødvendigt med en overdækning af området ved pizzaovnen. Og det blev bevist på selve aftenen, da vejrguderne var i det lunefulde hjørne, og sendte deltagerne på skift ind og ud af bålhytten.

Under en pavillon bagte Fardin og Katja pizzaer i massevis til sultne børn og voksne.

Der er nu nedsat en styregruppe, som fremover tager sig af Haverne. Den består af Erling Weber Jensen, Else Hylleberg,



På trods af regn og blæst mødte rigtig mange beboere op for at fejre Haverne i Højvungen. Foto: Peter Gregersen

Kristoffer Bro-Jørgensen og Tara Grove og Peter Brinch Pedersen, Charlotte Strandgaard samt en repræsentant fra Foreningen Sammen Gror Vi (Pernille Benzon eller Tine Sædholm Pedersen). Styregruppen skal nu i første omgang behandle de mange indkomne ideer og herefter prioritere opgaverne i Haverne.

Fardins opskrift på pizzadej

Tekst og foto: Charlotte Strandgaard

Hvis man skal bage en god pizza, er dejen meget vigtig.

- Hvis dejen f.eks. er for tynd, klister den til underlaget, fortæller Fardin Rahmani, der er en erfaren pizzabager.

Derfor har han afholdt kurser i både optænding af pizzaovn og dejkursus. Hvis du vil prøve kræfter med at lave en god pizzadej, bringer vi her Fardins opskrift på den helt perfekte dej:



Fardin Rahmani deler gerne ud af sine erfaringer ud i kunsten at lave pizzadej. Her til Astrid Winther.

Ingredienser til 4 stk. pizza

15 gram gær

500 gram hvedemel

2,5-3 dl vand

Ca. 10- 20 gram salt efter egen smag

Ca 10-20 gram sukker efter egen smag

1 spsk. olie

Fremgangsmåde:

Vand, salt, sukker, olie og gær blandes.

Herefter tilsættes det meste af melet.

Dejen æltes i en røremaskine, indtil melet er

æltet ind i dejen. Man mærker på dejen,

hvis den klister på fingrene, tilsættes mere mel.

Hvis dejen er for hård, kan der tilsættes lidt ekstra vand.

Herefter formes dejen til boller – normalt 270 gram

dej pr. bolle. (alt efter smag og behag) Bollerne pakkes

ind i husholdningsfilm og står ved stuetemperatur

i en halv time.

Herefter stilles de på køl i minimum en halv time.

Dej-bollerne kan opbevares på køl max. to dage eller

i fryseren i længere tid.

Dejbollerne rulles ud til pizzabund i den tykkelse,

man ønsker. Der kommer fyld på efter ønske.

Husk: Ost skal ovenpå tomatsaucen, og frisk kød

som oksekød og bacon kommer på til sidst.

Pizzaen bages på en rist med bagepapir i ovn, der er

275 grader varm i ca. 20 minutter. Velbekomme

Drømmer du om at stå på en scene?

Så er chancen her, når Højvangens 4. cabaret ruller sig ud til Frivilligfesten.

Michael Damkjær har endnu en gang voget sig ud på glat is ved at love at være ankermand for holdet af deltagere – ligesom mange fra sidste års cabaret-hold har lovet at være klar på at skabe en ny forestilling sammen. Forestillingen bygges op fra bunden af deltagerne, og her er ingen ideer i udgangs-

punktet for vilde. Cabaretholdet mødes hver tirsdag kl. 18.30-20 med opstart i uge 43.

- Så hvis du har lyst til at grine, hygge, synge, spille teater, sy kostumer, lave lys/lyd, finde på ideer, drikke kaffe, diskutere og hygge lidt mere sammen med os, er du mere end velkommen, lyder det fra Michael Damkjær. Michael Damkjær kan kontaktes for yderligere info på: 2497 3883.



Billedet er fra sidste års cabaret, hvor cabaretholdet havde skabt en forestilling på baggrund af fredags-tv. Foto: Peter Gregersen

Sundhedssamtaler, motion og gåture

Er du egentlig sund?

Af Line Vindbæk Andersen

Hvornår er man egentlig sund og lever du sundt? Er du i tvivl og kunne du tænke dig en snak om det, så tilbyder jeg individuelle sundhedssamtaler lokalt i Højvangen.

En sundhedssamtale kan omhandle sundhed i både mental og fysisk forstand. Det kunne f.eks. være overvægt, søvnproblemer, manglende energi, inaktivitet mm. Det er muligt at aftale en række sundhedssamtaler, hvis der er noget ved livsstilen man gerne vil arbejde med.

Tag fat i mig, når jeg er i Højvangen tirsdag og onsdag formiddag eller giv lyd på tlf. 2490 6013

Indendørs motion

Hver tirsdag kl. 11.30-12.30 motionerer vi i beboerhuset på Grundtvigsvej.

Alle er velkomne uanset niveau. Nogle har brug for at sidde ned og træne, mens andre er i stand til at løbe og nogle er lige midt imellem. Jeg tilrettelægger motionen, så alle kan få noget ud af det uanset niveau. Lige nu er vi ikke så mange, så vi vil meget gerne have flere med.

Efter 45 minutters motion finder vi kaffe og frugt frem og får pulsen ned igen til en hyggesnak.

Gåture i området

Hver onsdag kl. 9.30 mødes vi udenfor beboerhuset på Poul La Cours Vej til en gåtur i området. Vi har plads til alle og kan sagtens være mange flere på holdet. Tag naboen under armen og kom frisk.

Vi skiftes til at bestemme en rute og sørger for, at alle kan være med uanset, om man kan gå langt eller kort. Der er altid mulighed for at planlægge ruten til at man kan "stå af" undervejs, hvis benene bliver trætte.

Mit håb er, at vi på et tidspunkt bliver en stor flok, så der både bliver en lang og en kort rute hver gang.

Nye familier på kursus

Af Charlotte Strandgaard

Familiekursus er efterhånden blevet et fast tilbud i Projekt Højvangen, og i skrivende stund er det 4. hold netop gået i gang. Denne gang er alle kursister syrere, og 10 familier har sagt ja til at begive sig ud på denne rejse over 12 torsdage, hvor de tager livtag med børneopdragelse, vaner, mønstre og adfærd i familien. En rejse, der for tidligere kursister har resulteret i øget forståelse og glæde ved familielivet.

Søren Kierkegaard: For i sandhed at kunne hjælpe en anden, må jeg forstå mere end ham. Men dog først og fremmest forstå det, han forstår. Når jeg ikke gør det, så hjælper min merforståelse ham slet ikke.

- Vi justerer jo lidt på Familiekurset fra gang til gang, fordi vi hele tiden bliver klogere på, hvad der giver mening og virker for familierne, siger Jytte Ramlov, der er tovholder på kurset. På dette kursus vil der i endnu højere grad blive sat spot på, hvordan de kulturelle forskelle påvirker familielivet og opdragelsen.

- På kurset har vi meget fokus på, hvad vi alle kan bidrage med til hinanden. Vi vil derfor ikke have så mange eksterne oplægsholdere denne gang som tidligere. Peter Gregersen og jeg vil køre parløb i forhold til kursusdelen denne gang, og så vil det i høj grad være gruppedynamikken og den fælles refleksion, der kommer i spil, siger Jytte Ramlov videre.

Kurserne ligger igen i år på torsdage kl. 16.45- 19.15 og finder sted i Beboerhuset på Poul la Cours Vej. Børnene leger i Børnehaven Regnbuen imens.

Lillian giver andre et kærligt skub

Af Line Linde Munter, Sundhedsfremme og Charlotte Strandgaard

Lillian på 62 år og frivillig instruktør på de ”Lær at tackle-kurser”, som Skanderborg Kommune tilbyder mennesker, der er udfordret af angst, depression, kronisk sygdom og smerter. Lillian måtte selv opgive sit job for fire år siden på grund af kronisk sygdom. Hun har siden uddannet sig og arbejdet som frivillig instruktør på kurserne i toethalvt år.

- Jeg vil gerne være rollemodel og give mine egne oplevelser med at forbedre min livskvalitet videre til andre. Nu hvor jeg ikke er på arbejdsmarkedet mere, giver det at undervise mig en følelse af at være til gavn. Det giver mig faktisk energi og glæde at være frivillig. Derudover giver det mig kollegaer i form af de andre instruktører, siger Lillian.

Hun oplever at det frivillige instruktørjob holder hende i gang og støtter hende i at have en aktiv hverdag.

- Og så lærer jeg jo en del af de erfaringer, der kommer fra kursisterne. Der er mange forskellige mennesker på kurserne, og det giver mange forskellige perspektiver og gør mig klogere. Det er noget, der smitter positivt af i mit eget liv. Når jeg ser kursisterne rykke sig, føler jeg, arbejdet giver mening, fortæller hun videre.

Når Lillian er begejstret for konceptet bag ”Lær at tackle”, er det fordi, hun ser effekten af kurserne.

- Det, at kursisterne møder hinanden og deler deres erfaringer, giver dem rigtig meget. De lærer af hinanden og støtter hinanden til at komme i gang med at afprøve de forskellige værktøjer, som vi underviser i. Det faktum, at vi ikke er sundhedsfaglige men mennesker, der selv har været i en lignende situation gør, at kursisterne mærker, at vi har forståelse for deres situation. Det er med til at skabe tillid og en åben dialog på kurset. Jeg tror, at mange får et kærligt skub til at komme i gang med at ændre vaner, og det er jo en ting, der kan være rigtig svært. Det er ikke noget, vi pådutter. Det er noget, der skal komme fra kursisterne selv.

Det er bare nemmere, når man ikke er alene, siger hun og understreger, at det også kræver noget at deltage på kurserne. - Man skal være parat og indstillet på at arbejde med de redskaber, vi underviser i. Man skal være klar til at dele sine erfaringer og suge til sig fra de andre kursister. Det er en fordel, hvis man har overskud til at læse i den bog, man får på kurset, men ikke et krav. Det er en kæmpe fordel, hvis man prioriterer at komme til undervisningen hver gang. Så får man bare allermest ud af det, og derudover bliver man hurtig vigtig for de andre på holdet, siger Lillian.

Skanderborg Kommune starter endnu et hold ”Lær at tackle angst og depression” op i Beboerhuset på Poul la Cours Vej i efteråret (uge 43). Kurset vil ligge på torsdage kl. 13-15.30. For nærmere info og tilmelding kontaktes: Sundhedsfremmemedarbejder/ fysioterapeut; Line Linde Munter, tlf: 2119 2932, mail: line.linde.munter@skanderborg.dk



Det sker i Højvangen

1. oktober - 31. december

Aktiviteter i Højvangen

Oktober

1. okt: Opstart Fortællehulen
Uge 42: Stor Legeland
15. okt: Fællesspisning

November

19. nov: Fællesspisning

December

5. dec: Diplom til nye
Bydelsmødre
17. dec: Fællesspisning

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.

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.

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.



Voksen aften

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

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.

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. Der er som regel 60-80 gæster til Fællesspisning.

Tilmelding kan ske på facebook på Projekt Højvangens side eller ved at skrive sig på de lister, der bliver hængt op i beboerhuset. Pris: 0-5 år: Gratis, 6-15 år: 15 kr. 16 år og opefter: 35 kr. Betaling sker kontakt på selve aftenen.

Lektiecafé for indvandrere

Mandag - Torsdag kl. 19-21
Tirsdag kl. 15.30-17.30
Poul la Coursvej 5, V.111



Hundeskoven

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



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 cafeen 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, og kaffe og brød bliver sponsoreret 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 Gror 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.

Bydelsmødre hjælper med mange ting

Tekst og fotos: Charlotte Strandgaard

Den sidste tirsdag i måneden mødes bydelsmødrene i Skanderborg til faglig snak. Der er ofte temaer omkring det frivillige bydelsmødre-arbejde på programmet, eller der er besøg af forskellige gæster. I august kom Skanderborg Kommunes frivilligkoordinator Hanne Lykkeskov forbi for at høre om bydelsmødrenes arbejde. Det viste sig, at kvinderne hjælper mange mennesker – også med ting, der måske ikke lige er typisk bydelsmor-arbejde.

- Jeg bliver ofte ringet op af en kvinde, der vil snakke om forskellige ting. Nogle gange græder hun og er ked af det, fortæller Shaimaa, der kommer fra Irak.

- Og jeg hjælper en ældre mand, der er fra Polen som jeg selv. Det er mindst en gang om ugen, jeg kører ham til apoteket eller til lægen eller ud at handle, fortæller Martha.

Kvinderne er enige om, at både det at hjælpe andre – men også fællesskabet med de andre bydelsmødre, hjælper dem selv.

- Jeg bliver glad, når jeg kan hjælpe andre, siger Marina fra Syrien.

- Ja, og så hjælper vi bydelsmødre jo også hinanden rigtig meget, siger Samaneh, der har afghansk baggrund.

Uddannelsen til bydelsmor har ændret Kim fra Vietnams liv.

- Før var jeg meget ensom og kendte ikke mange mennesker. Det er jeg ikke længere. Jeg elsker at være bydelsmor, siger hun og fortsætter:

- Det er dejligt at snakke med mennesker fra andre kulturer. Det giver syriske Abeer hende ret i:

- Ja, det er sjovt at lære andre kulturer at kende, siger hun.

Torsdag 12. september startede et nyt hold kvinder op på uddannelsen som bydelsmor.



Kvindelcaféen

Udover de månedlige mødre, hvor der plejer at komme 10-15 bydelsmødre og børn, holder bydelsmor Iman Su-leiman "Kvindelcafé" hver tirsdag i Børnehuset på NFS, Grudtvigs Vej. Der er altid kaffe på kanden og som regel andre kvinder at snakke med. Det er meget forskelligt, hvor mange der kigger forbi, og der er i hvert fald plads til flere i fællesskabet. Man behøver ikke være bydelsmor for at komme i cafeen, og man behøver heller ikke have en udenlandsk baggrund.

Man skal bare have lyst til at snakke med andre kvinder – måske opstår der ideer til arrangementer, motionsaftaler eller også løser man i fællesskab et konkret problem. Alt sammen i et hyggeligt og uformelt miljø.



Fællesfoto fra sidste månedsmøde i foreningen "Bydelsmødrene i Skanderborg".

Alle er velkomne i fællesskabet

Tekst og fotos: Peter Gregersen

En del børn og unge i Højvangen har friheden til at lege og bevæge sig rundt i hele kvarteret. Der er stier og næsten ingen biltrafik. Der er mange grønne områder og en ny legeplads ved Skolestien. Børnene er ofte sammen 2-3-4 stykker. De, der er alene går almindeligvis ikke ud, før de har nogen at gå sammen med.

Hver tirsdag mellem kl. 16 og 19 kan alle børn og unge gratis og uforpligtende mødes ved Haverne/Bålhytten/flagstangen mellem Grundtvigs Vej og Chr. Kolds Vej. Her kan man være med til at passe haverne, lave bålmad eller deltage i Cirkusklubbens aktiviteter. Eller bare hænge ud.

Her mødes de forskellige grupper af børn og får snakket sammen og lært hinanden at kende. Vi snakker om, hvordan det er at være ung i Højvangen, hvad der sker i deres liv, hvordan den enkelte har det og hvilke ønsker, man evt. har for området.

Det er vigtigt at have omsorg for hinanden. Det er vigtigt at behandle hinanden ordentligt. Så når vi mødes ved Haverne, skal alle kunne føle sig trygge og godt tilpas. Der kan være bagtalelser, konflikter, drillerier eller mobning. Det går vi ind i, får snakket om det, og gør noget ved det.

Der kommer jævnligt ”nye børn” forbi, som er nysgerrige. De bliver alle inviteret ind i fællesskabet, og børnene er gode til at tage godt imod. Flere har sagt: Jeg havde slet ikke nogen venner i Højvangen, før jeg kom med her” eller ”Jeg går på en anden skole og kendte ingen. Det gør jeg nu og jeg har de bedste venner”.

Har du et barn, som ikke rigtig har venner her i Højvangen, så følg dem gerne hen til os eller kontakt os, så vi kan snakke om det.

Efter efterårsferien rykker vi ind i Beboerhuset på Grundtvigsvej. De voksne er Tine og Peter fra Projekt Højvangen og nogle frivillige forældre.

Børne- og ungeholdet er ikke et pasningstilbud, hvor børnene er under konstant opsyn. Det er et tilbud om at mødes og samles med andre børn og unge i kvarteret. Det er i høj grad op til børnene selv at være initiativtagere til aktiviteter. Børnene kan sagtens have deres forældre med.



Kan du li' at synge...?

Det kan vi - specielt når vi gør det sammen.

I Skanderborg Rytmske Kor vil vi gerne skabe et rart og hyggeligt miljø - det er nemlig herigennem vi kan udleve vores glæde ved sang. Og så nyder vi at være sammen med hinanden.

Vi er et rytmsk kor og vores repertoire er alsidigt af rytmske sange, blandt andet gospelsange. Vi synger både på engelsk og dansk, og det er gennem vores sange, vi oplever den fælles glæde, når det hele lykkes.

Vi er ca. 25 sangere, flest kvinder, og vi er åbne overfor nye sangere der vil være en del af vores dejlige kor.

Især kunne vi godt tænke os nogle flere mandsstemmer (tenor og bas). Hvis du har lyst til at prøve kræfter med korsang, så frygt ikke for hverken noder eller solo'er - det er nemlig ikke et krav. De første 3 aftener er gratis, så du lige kan mærke efter, om det er noget for dig.

Vi mødes i Højvangens Kirkecenter (Mallinggårdsvej 3) - Så kom og mød os allesammen, så skal vores Korleder Tjeda og alle vi andre nok ta' pænt imod dig.

Vi øver om onsdagen kl. 19.00-21.15. Start: 4/9 Pris ca. kr. 500 Lek.: 43. Korleder: Tjeda Anne Efken

Bent Bengtsson nyder at bo på Møllehjørnet

Tekst og foto: Charlotte Strandgaard

Igennem mange år har Bent Bengtsson været en fast del af bybilledet i Højvangen, når han luftede både sine egne og andres hunde i området. Han havde også en stor berøringsflade, da han sad i afdelingsbestyrelsen og trak et stort læs som formand. Bent var med i Projekt Højvangen siden projektets start, og har derfor haft fingrene i mange af de aktiviteter, der i dag er i Højvangen. Men i foråret flyttede Bent så fra Højvangen og ned i byen, hvor han nu har en fin bolig på plejehjemmet, Møllehjørnet.

- Jeg er så glad for at bo hernede, ikke mindst fordi der foregår så mange ting, man kan være med til, siger Bent, da Peter Gregersen og undertegnede en dag kiggede forbi.

Den tidligere afdelingsformand, der har stor kærlighed til hunde, får også stadig lejlighed til at forkæle de firbenede.

- Der er en medarbejder her, der nogle gange har sin hund med på arbejde, og så har jeg også haft besøg af en af de hunde i Højvangen, jeg nogle gange passede, fortæller han.



Bent Bengtsson er meget glad for sin fine samling af gamle modelbiler.

Trænger dit barn til en ekstra julegave?

Af Charlotte Strandgaard

Børn i Projekt Højvangens område har i år mulighed for at ønske sig en ekstra julegave, som måske kan gå i opfyldelse. Sct. Georgs Gilderne i Skanderborg har sammen med Bloms Butikker taget initiativ til "Ønsketræet", som er et juletræ, der kommer til at stå i Bloms Butikker i december måned.

- Vi vil gerne give børn, der måske ikke får så mange julegaver mulighed for at få en ekstra gave, og vi er glade for at vi kan gøre det sammen med Projekt Højvangen, så det bliver børn i Skanderborg, vi hjælper, siger Karen Bodi Ravn fra Sct. Georgsgildet i Skanderborg.

Børn i alderen 5-13 år, der bor på Poul la Cours Vej, Chr. Kolds Vej og NFS. Grundtvigs Vej kan inden 14. oktober aflevere et ønske på Projekt Højvangens kontor. Ønsket må koste mellem 100-200 kr., og en seddel med ønsket hænges på Ønsketræet i butikscentret. Her kan kunder i centret hente en seddel med ønsket og købe gaven, som så ender under juletræet hos det enkelte barn.

- Der er ingen garanti for at få sine ønsker opfyldt, da vi jo er afhængige af, at der er kunder i Bloms Butikker, som vil købe gaverne, siger Karen Bodil Ravn videre om det nye projekt. Ønsketræet med ønskesedler stilles op i Bloms Butikker samme dag som byens juletræ tændes og julemanden vækkes – nemlig fredag 29. november. Samme weekend vil frivillige fra Sct. Georgsgildet være til stede ved træet til at svare på spørgsmål og til at tage i mod donerede gaver.

De donerede gaver uddeles ved Fællesspisningen i Højvangen tirsdag 17. december.



Fakta:

Sct. Georgs Gilderne er en sammenslutning af nuværende og tidligere spejdere, der deltager aktivt i humanitære opgaver både lokalt, nationalt og internationalt. I Skanderborg er der to gilder, som er gået sammen om at lave det velgørende juleprojekt "Ønsketræet". Derudover støtter gilderne projekter til fordel for børn og unge i Skanderborg og deltager bl.a. i Skanderborgs julehjælp.

Nyt fra Åndehullet

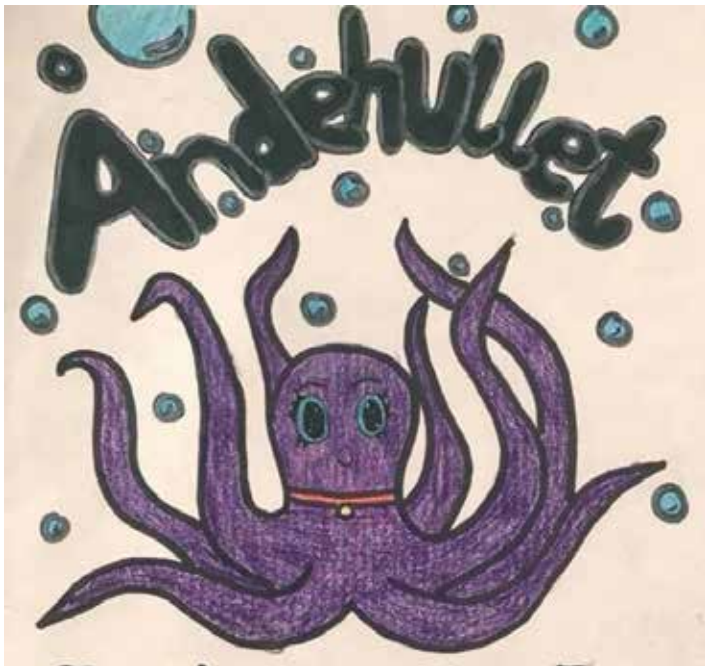
Af Marianne Nielsen

Vi håber, i har haft en rigtig god sommer. Endelig er vi kommet i gang i Åndehullet efter sommerferien. Mange unge har været forbi, og hvor er det dejligt, men der er altid plads til flere. Vi er rigtig glade for, at de unge vil bruge denne mulighed en gang om ugen. Man har stadig mulighed for at købe lidt snacks dernede til billige penge. Udvalget varierer en smule.

Kalenderen for resten af 2019 er lagt ud på vores FB-gruppe, som stadig er "Åndehullet 10-17år". Vi har bl.a. været i beboerhuset og spille dødbold, det er et stort hit, og man får pulsen op. Vi har lavet og spist aftensmad i Åndehullet, det var hyggeligt. I september skal vi ud og bowle igen, vi tager bussen til Viby.

Til Halloween pynter vi selvfølgelig "scary" op, og her inviterer vi også jer forældre og andre interesserede ind til en kop kaffe og en snak. Måske er der også kage. Der sker mange ting i Åndehullet, så hold øje med vores kalender og fb-side hvor vi skriver opdateringer.

Hilsner fra de voksne i Åndehullet



Hobbyklubben Stuekultur lukker

Vi frivillige i Hobbyklubben Stuekultur har nu evalueret og gjort status på de forgangne godt 8 måneder i klubben. Vi er desværre nået frem til at lukke klubben pr 12-9-2019. Vi havde håbet på og regnet med et større fremmøde, end det i virkeligheden blev.

Det har for os været et hårdt, sjovt og ikke mindst lærerigt projekt, som vi alle har hygget os med.

Vi har hygget os med de fremmødte og fået mange gode snakke. Mange - incl. os selv - er blevet klogere, nogle har overskredet grænser og det var bl.a. nogle af målene med klubben. Facebook gruppen består lidt endnu. Vi har ikke helt be-

Oktober

Torsdag d. 3:

Vi hygger

Torsdag d. 10

Vi pynter til Halloween og spiser pandekager

Torsdag d. 17

Lukket

(Efterårsferie)

Torsdag d. 24

Lukket

(Cabaret)

Torsdag d. 31

Halloween

(Ta' gerne dine forældre med)

November

Torsdag d. 7

Vi hygger

Torsdag d. 14

Vi laver konkurrence

Torsdag d. 21

Vi ser film

Torsdag d. 28

Vi bager til jul

December

Torsdag d. 5

Vi pynter til jul

Torsdag d. 12

Vi spiser æbleskiver

Torsdag d. 19

Juleafslutning med ris a'la mande og pakkeleg

sluttet, om den skal nedlægges, det finder vi ud af hen over efteråret, og i er velkomne til at kontakte os med spørgsmål, så skal vi prøve at hjælpe og evt. koordinere kontakt til andre beboere, der kan være behjælpelige.

Vi har haft besøg af både beboere og en enkelt tidligere beboer, tak for at dele jeres viden og erfaring med os.

Tak for hyggelige timer og gode snakke, det har været en fornøjelse.

Vi ses "derude"

Hilsen Lissi, Mia, Jan og Helle

Nyt fra Afd. 39

Af Maiken Koch Poulsen, formand

Ved vores beboermødet 12. september stemte i for, at jeg kunne fortsætte som formand. Det er jeg utrolig glad for - jeg glæder mig til at fortsætte det gode arbejde vi er startet på. Vores bestyrelse har været lidt lille det sidste år, og det har desværre begrænset os lidt.

Vi vil rigtig gerne i fremtiden kunne afvikle gode aktiviteter og arrangementer til glæde for alle jer beboere - og vi kan sagtens være flere, så mød op til vores aktiviteter eller arrangementer. Det kunne jo være, at du mødte en ny ven! Kom også endelig forbi vores kontor i opgang 25, hvis du har forslag til aktiviteter, ture eller andre arrangementer.



Den nye bestyrelse i Afd. 39 består af Maiken Poulsen, Iben Hansen, Claus Sonne, Peder Purup og Sasja Krogh. Suppleanter er Aian Aliafrah og Connie Ibsen. Foto: Charlotte Strandgaard

Skybrud og mudder

Renoveringen fylder stadig meget i vores afdeling, og nu er den sidste opgang i blok 3 endelig færdig, og beboerne er flyttet ind. Nu arbejdes der hektisk på blok 2, som også snart byder sine beboere i opgang 15 velkommen tilbage.

Der arbejdes ligeledes også på, at åbne mere af haven - der er jo tid nok til næste sommer, så det mål burde de kunne nå! Om selve "skurvognen" mm. flytter med resten af byggepladsen er pt. stadig usikkert, men det kommer der nok en løsning på... Det meste af selve byggepladsen er pt. lige så stille ved at blive flyttet om på byggepladsen i haven, bag ved blok 2. I august oplevede vi et par store skybrud - og det gav både oversvømmelser og mudderskred i flere opgange. Problemet var værst i hele blok 3, samt opgang 1 i blok 1.

Der er gravet op i jorden flere steder, og ikke alle steder ligger det lige fast, så de store vandmængder trak en her del jord med sig - som så blev til store mængder mudder!



Afdelingsbestyrelsen har i løbet af det sidste år lagt en del kræfter i at få indrettet et kontor i opgang 25. Her holder bestyrelsen deres møder, og beboere kan møde formanden her onsdag i ulige uger kl. 17-19. Foto: Iben Hansen

Fin pris til afdelingsbestyrelsen

Afdelingsbestyrelsen i afdeling 39, Poul la Cours vej har modtaget en pris af Boligkontoret Danmark. I indstillingen fra organisationsbestyrelsen i Midtjysk Boligselskab står der bl.a.: "Afdelingen på Poul La Cours vej i Skanderborg gennemgår en lang og sej renovering, hvor alle beboerne er genhuset i en længere periode. Medlemmerne af bestyrelsen, med formand Maiken Poulsen i spidsen, har trods de til tider kaotiske omstændigheder formået at genskabe et aktivt og selvkørende beboerdemokrati i afdelingen. Bestyrelsen arrangerer mange super gode og forskelligartede arrangementer, så der er noget for alle beboerne eksempelvis onsdags cafe, sommerudflugt, halloween, voksenudflygt, julebanko, juletræ, Facebook forum, udlejning af beboerhuset og meget meget mere. Dog fortjener bestyrelsen i høj grad indstillingen pga. deres daglige arbejde - stort som småt - deres engagement og synlighed i afdelingen, som skaber trykthed og glæde for de andre beboere, deres særdeles vigtige deltagelse i aktiviteter ift. den

boligsociale helhedsplan som afdelingen er en del af. Alt i alt løfter bestyrelsen et meget flot stykke arbejde, som vækker genklang i hele området til glæde for mange mennesker." Med til prisen følger et kontant beløb på 3000 kr., som bestyrelsen har besluttet at bruge på nye borde/bænkesæt.



1. prisen på 3.000 kr. tildeles

Afdelingsbestyrelsen i afd. 39

I anerkendelse af
Lokalrådsbestyrelsen Midtjysk og Boligkontoret Danmark

Nyt fra afd. 17

Af Helle Risum Simonsen, formand

Det var så den sommer. Hvor går tiden dog hurtigt. Vi håber, at I alle er kommet godt i gennem sommeren og har nydt jeres ferie.

Så blev vores p – pladser endeligt optegnede. Nu mangler vi så, at få optegnet p-pladserne til trailerne. Det har været længe undervejs, desværre.

Vores nye sti omkring Grønnedalsparken er næsten færdig. Nu mangler vi så, at gartnerne kommer forbi og sætter de sidste planter, og at vi får lavet de opkørsler indtil vores område, som vi er blevet lovet.

Som I sikkert har lagt mærket til, så er vores info- skærme gået i frys eller sort. Vores kontakt i it-firmaet har desværre haft sommerferie, så når de vender tilbage, så skal vi have gang i de skærme.

Vi gør opmærksom på, at bestyrelsen har en side på facebook, hvor vores it-mand lægger info ud ind i mellem. Følg med på facebook- siden: Itansvarlig Bestyrelsen.

Vi går nu den mørke tid i møde, vi opfordrer derfor til, at I husker reflekser på jer selv og lys på jeres cykler, når I er ude i området, så vi undgår ulykker. Pas på dig selv i den mørke tid. Bestyrelsen



*Der er blevet lavet en ny fin terrasse omkring Beboerhuset, sådan at flere gerne skulle få lyst til at opholde sig der. Café-folket har plantet farvestrålende blomster i havekasserne, som nu skaber et hyggeligt miljø ved Beboerhuset.
Foto: Else Hylleberg*

En hilsen fra aktivitetsudvalget...

Vi i aktivitetsudvalget vil gerne sige tak for dejlig tilslutning til vores arrangementer. For det meste er der stor tilslutning til arrangementerne, men vi har også prøvet et par gange, hvor vi har måttet aflyse det, fordi der simpelthen har været for lille tilslutning. Vi vil gerne høre ris og ros fra jer beboere.... Og så vil vi gerne høre om hvad I kunne tænke jer i 2020 – hvor

skal vi hen? – hvad skal vi lave? Er det fisketur, Bonbonland, foredrag..... Hvad har I lyst til?

Indkommende forslag kan sendes til musmouse5@gmail.com eller lægges i min postkasse: Chr. Koldsvej 25 st th. Så vil vi i udvalget tage det op på vores møder.

K.H. Marianne

Nyt fra Afd. 65

Ny bestyrelse trækker i arbejdstøjet

Af Charlotte Strandgaard

På nær et enkelt medlem blev hele bestyrelsen i Afd. 65, Poul la Cours Vej udskiftet ved afdelingsmødet tirsdag 27. august. Bestyrelsen består nu af Lars Strøm Therkildsen (formand) og Bodil Ernst (næstformand) og Christoffer Bro Jørgensen. Preben Boel blev valgt som suppleant.

Den nye formand Lars Strøm Terkildsen på 54 år har boet på Poul la Cours Vej i treethalvt år.

- Jeg kan rigtig godt lide at bo her, og jeg vil meget gerne være med til at sørge for, at vi i afdelingen får bedre forhold og mere sammenhold, siger han.

Den nye bestyrelse har endnu ikke konkrete planer for, hvad der kommer til at ske i afdelingen.

- Nu skal vi først lige samles og finde vores ben, og så se hvad vi gerne vil, siger den nye formand.

Projekt Højvangen



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



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



Jytte Ramlov
Torvholder for Familieindsatsen
Tlf: 61779338



Tine Sædholm Pedersen
Projektmedarbejder
Børn og unge



Iman Suleiman
Tovholder for bydelsmødrene



Iben Hansen
Praktisk og kreativ medarbejder



Katja Bach Dam
Praktisk og kreativ medarbejder



Fardin Rahmani
Praktisk praktikant og
Pizzeria-styrer



Peter Brinch Pedersen
Pedel ved Røde Løvers Plads

Poul La Cours Vej

Bestyrelsen afd. 39



Maiken Poulsen
Formand, Styregruppen



Iben Hansen
Næstformand
Styregruppen



Sasja Krogh



Peder Purup



Claus Sonne

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
- Michael Edvart, 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



Bodil Ernst



Kristoffer Bro-Jørgensen

Find os på Facebook
poul la cours vej afd. 65



Drift

Driftschef Bjarne Jacobsen
Tlf.: 2013 4256

Genhusningskonsulent

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

Ejendomsfunktionærer

Afd. 39
Poul Erik Sørensen Tlf.: 5124 5098
Klaus Koch Tlf.: 24620560
Afd. 65
Dimitrios Stratigos Tlf.: 5124 5099

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: 750 kr, depositum
1000 kr. For beboere i andre afdelinger i
Midtjysk Boligselskab: 1500 kr, depositum
1500 kr.
Pris for en enkelt dag:
For beboere i Afd. 39: 250 kr, depositum
1000 kr. For beboere i andre afdelinger: 500
kr, depositum 1500kr.
Fælleshuset kan ikke lejes på helligdage.
Huset er lukket for udlejning i juleferien
fra 21. dec. til 2. jan. 2020.

Bestyrelsen

Helle Simonsen
Formand, Styregruppen



Lars Nielsen
Næstformand
Backup-husansvarlig,
aktivitetsudvalget, Åndehullet



Else Hylleberg
Husansvarlig



Lotte Lundbøl
Åndehullet
Aktivitetsudvalget



Irma Povlsen
Sekretær



Michael Edvart
Styregruppen



Freddy Christiansen
Sommerfest

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 Michael Edvart: Tlf 53135184 – mail campkaelder@gmail.com. Træffetid følger Åben bestyrelse, dvs torsdage 19-20

Aktivitetsudvalget

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

Flaghejsning

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

Kontakt lokalbetjentene

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



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

Cykelværkstedet kører på de høje nagler

Tekst og foto: Charlotte Strandgaard

Lugten af olie og lyden af mandehørm fylder luften lørdag formiddag i Cykelværkstedet i kælderen på Grundtvigs Vej 19.

- Så drenge, så smører i lige kæde, bremses og hjul på den grønne cykel. Hvis pølsefingrene kan, siger Carsten Knudsen til Samir Cirkic på 17 år og Gabriel Jack på 15 år.

- Hov, hov, julemand, svarer Samir hurtigt Carsten tilbage. Carsten har drevet Cykelværkstedet i Højvangen på frivillig basis i et halvt års tid, og har om lørdagen tiltagende travlt med at reparere cykler. I de seneste par måneder er Samir og Gabriel også blevet fast inventar i værkstedet, fordi de gerne vil lære at reparere cykler.

- Vi har lært meget af Carsten – som f.eks. at skifte dæk, siger Samir med et stort smil.

Han går til daglig på Produktionsskolen i Hørning på linjen ”Ejendomsservice”.

- Jeg kommer herved for at have noget fornuftigt at lave i min fritid. Vi tre har et godt fællesskab, og det er hyggeligt, at der kommer så mange folk her også, siger han. Samir og Gabriel smører den grønne cykel efter alle kunstens regler.

- Vi tager lidt pis på hinanden hernede, og det kan jeg godt en chance. lide, siger Gabriel, der nu bor i Ryparken men tidligere har boet i Højvangen.

Han er 15 år og går i 9. klasse.

- Jeg kan godt lide at rode med olie og værktøj, og så er det bare hyggeligt at komme herved, fortæller han videre.

Få hjælp til selvhjælp

Carsten er gået i gang med at indstille gearene på en ophængt mountainbike, og de to knægte studerer fremgangsmåden, da en mand dukker op i døråbningen.

- God dag – er det cykelmekanikeren, siger en mand, der vil høre, om han kan få hjælp til at flytte gear fra en cykel til en anden.

- Det kan vi godt prøve at kigge på, men ikke næste lørdag, for der er der udflygt til Kattegatcentret, så der holder jeg lukket, svarer Carsten.



Samir og Gabriel har det sjovt i Cykelværkstedet, samtidig med, at de lærer at reparere cykler.

De to mænd aftaler, at lørdagen efter igen skal gearskiftet have Umiddelbart efter kommer to andre mænd ind i værkstedet med en mountainbike. Den tilhører Patrick Kallegaard, der også tidligere har fået hjælp i værkstedet.

- Jeg har fået lavet flere ting på min cykel, så jeg er virkelig glad for, at værkstedet her er åbnet, siger han.

Carsten Knudsen oplever, at der efterhånden kommer rigtig mange ”kunder”, som gerne vil have deres cykel lavet.

- Det er jo noget, vi gør frivilligt, så man kan ikke forvente noget specielt af os. Faktisk er det meningen, at man selv i videst mulige udstrækning skal hjælpe til med at lave sin cykel, så man også lærer noget, og måske selv kan lave den næste gang, siger Carsten Knudsen.



Cykelværkstedet i Højvangen holder til i gavlen på Grundtvigs Vej 19. Der er som regel åbent hver lørdag kl. 10-13 – men der kan være lukket, hvis Carsten er forhindret.