



September 2025

Folkehuset Lystrup

Sønderskovhus Nyt



Månedssblad for Folkehuset Lystrup

Lystrup Centervej 78

8520 Lystrup

Udgivet siden 1983

Bladet er gratis

Udkommer den første i hver måned



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

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

**Bustur til
Gjern- og
Dollerup
bakker**

SIDE 33

**Fiske tapas
Clausens
Fiskehandel**

SIDE 4

**Kåring af årets
lokalitet**

SIDE 9

**Herrefrokost
SIDE 15**

**Damefrokost
SIDE 6**



Redaktionenens side



Bent Rise

mobil: 29 33 72 87

mail: bentrise@icloud.com

Aage Jarl Jensen

mobil: 20 34 08 94

mail: aagejarl@gmail.com

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

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

Gør som 40 andre:

Få blade direkte i din mailboks:

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

Du kan til enhver tid framelde dig igen.



Se også bladet her:

På Facebook: **Folkehuset Lystrup**

På Kommunens hjemmeside:

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

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



Indholdsfortegnelse

Redaktørens side	2
Fiske-tapas i Caféen med Clausens Fiskehus	4
KALENDEREN: Folkehuset Lystrup	5
Damefrokost 30. september	6
Nyt fra Centerrådet	7-8
Kåring af "Årets lokalitet"	9-11
Nye el-busser til Folkehusene	12-13
Busturen til Silkeborg 20. august	13-14
Herrefrokost 25. september	15
Nyt fra Morgenfruerne	16-17
Fernisering i Caféen: Karen Magrethe Quist udstiller	18
Anemonerne er klar til at springe ud igen!	19-20
CAFÉENS MENUPLAN	21-24
Nyt fra Caféens Venner: Birthe og John siger farvel	25-26
Nyt fra Caféens Venner: Salonorkesteret spillede	27-28
Nyt fra Caféens Venner: Gulla og Birgitte underholder	29
LystrupGutterne på tur til Djursland	30-32
Bustur til Gjern- og Dollerup bakker 17. september	33
Ny kvindegruppe: 2Nymferne"	34
Stolegymnastik for plejeafdelingen: Frivillige søges	35
Tøj bilen kommer i Caféen 10. september	36
Det sker i Lystrup Kirke	37-38
Faste aktiviteter i Folkehuset Lystrup	39-40
Kontaktpersoner i Folkehuset Lystrup	41
Nyttige oplysninger	42
Gudstjenester	43
Sang og musik på tværs / Spil whist igen / Spille Café	Bagsiden

CLAUSENS FISKEHANDEL

LANDETS ÆLDSTE FISKEHANDEL PÅ HAVNEN I ÅRHUS



FISKE-TAPAS

Præsenteret, tilberedt
og serveret af
Jakob Clausen

Billet pris:
200,- kr.

Drikkevarer kan købes i Caféen

Torsdag den 11. september kl. 18:00

Billetsalg i Caféen fra den 28. august kl. 10:00 og frem til 8. sep

Der kræves mindst 40 solgte billetter for at arrangementet kan blive til noget. Derfor skal billetter købes kontant.

Ved evt. aflysning kan man få refunderet sine penge mod aflevering af billetten.





KALENDEREN: Folkehuset Lystrup

DATO:	TID:	ARRANGEMENT:
04.Sep	14:00	Kåring af "Årets Lokalitet 2025" (se side 9)
08. sep	14-16:00	Sang og musik på tværs Pris: 26,-.kr. (se bagsiden)
10. sep	10-13:00	Tøj bilen kommer i Caféen (se side 36)
11. sep	18:00	Fiske-tapas/Clausens Fiskehandel i Caféen (se side 4) Arr. Caféens Venner Pris: 200,- kr. Jakob Clausen serverer fisk og fortæller. Billetsalg i Caféen fra 28. aug. kl. 10:00 i Caféen
15. sep	14:00	Fernisering i Caféen (alle er velkomne) (se side 18)
17. Sep	11:00	Bustur til Gjern- og Dollerup bakker (se side 33) Tilmelding på opslag ved Caféen
22. sep	14-16:00	Sang og musik på tværs Pris: 26,-.kr. (se bagsiden)
25. sep	13:00	Herrefrokost i Caféen (se side 15) Spisning og hygge (Glaseret skinke med sprødt grønt, marineret kartoffel og focacciabrød, kaffe og kage) Pris: 85,- kr. Tilmelding på opslagstavlen ved Caféen Betales kontant ved fremmøde
30. sep	13:00	Damefrokost i Caféen (se side 6) Spisning og hygge (Fylde pandekage med oksekød/ grønsager og grøn salat, kaffe og jordbærtrifli) Pris: 85,- kr. Tilmelding på opslagstavlen ved Caféen Betales kontant ved fremmøde
06. okt	14-16:00	Sang og musik på tværs Pris: 26,-.kr. (se bagsiden)
09. okt	15:00	Revy- og visesang med Gulla og Birgitte i Caféen Arr. Caféens Venner (se side 29) Kaffe og kage. Pris: 50,- kr. Billetsalg i Caféen fra 25. sep. kl. 10:00
20. okt	14-16:00	Sang og musik på tværs Pris: 26,-.kr. (se bagsiden)
28. okt	13:00	Damefrokost i Caféen Spisning og hygge (Aspargessuppe m/kødboller og flutes, kaffe og æblekage med flødeskum) Pris: 85,- kr.

FOLKEHUSET LYSTRUP

Sønderskovhus Caféen

DAMEFROKOST

Tirsdag den 30. september kl. 13:00



Damefrokost er for alle damer, der har lyst til at være med.

Tilmelding på opslagstavlen i caféen.

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

Pris.: 85,- kr. som betales kontant ved fremmøde.
(Mød meget gerne frem med aftalte penge!)

Menu:

**Fyldt pandekage med oksekød/grønsager
og grøn salat, kaffe og jordbærtrifli**

**Afbud senest dagen før på 28 15 93 55
ellers er tilmelding bindende.**



Nyt fra Centerrådet

Referat fra centerrådsmøde tirsdag den 5. august 2025

Deltagere: Lars, Trine, Marianne, Frank, Hans

Afbud: Ingen

Referent: Hans

1. Godkendelse af dagsorden

Dagsorden blev godkendt uden bemærkninger.

2. Godkendelse af sidste referat

Der blev noteret lydproblemer i sidste referat. Christina fra Århus Ejendomme har sagen, Trine spørger til status.

3. Busserne.

Trine kan ikke gøre noget ved booking eller andre problemer med busserne, før der foreligger konkrete beviser. Marianne oplyste, at busserne kun må bruges til socialt formål og ikke som taxa. Der er en opstramning af reglerne for busserne under opsejling.

4. Herrefrokost 25. september

Marianne har bevilget et opstartstilskud. Lars er i gang med at planlægge menuen og vil kontakte Aage for at få information om herrefrokosten i september bladet. Der overvejes også en herrefrokost i januar 2026 med gule ærter?

5. Information fra Trine og Marianne

- Trine oplyste, at der er afsat penge til demente der nydelig er blevet diagnosticeret eller er under udredning. –



Nyt fra Centerrådet

- Marianne har indkaldt Lars, Frank og Hans til møde tirsdag den 12. august kl. 11, hvor 65+ spørgeskemaerne vil blive gennemgået.
- Marianne har udsendt mail om frivillige arrangementer.
- Der skal huskes, at ansøge om quickpuljen efter 1. november.

6. F.O. Ideer

Forslag og ideer bliver gennemgået på mødet den 12. august.

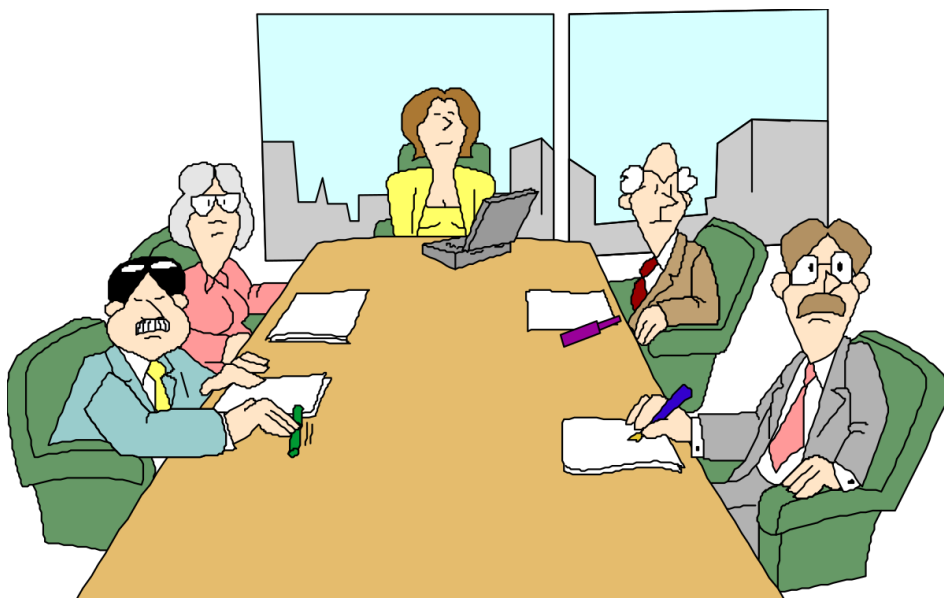
7. Springvand

Fællesrådet vil donerer et springvand til Folkehuset.

8. Eventuelt

Der er dannet to nye kvindegrupper:

- Gruppe 4: Nymferne
- Gruppe 5: Navn endnu ikke fastlagt





Årets Lokalitet 2025 i 8520 området



Folkehuset Lystrup

Kåringen finder sted
torsdag den 4. september 2025 kl. 14.00
i Folkehuset Lystrup - Sønderskovhus Caféen
Lystrup Centervej 78, 8520 Lystrup



Lystrup-Elsted-Elev-Nye Fællesråd

August 2025

Pressemeddelelse



Folkehuset Lystrup – Årets Lokalitet 2025

Lystrup-Elsted-Elev-Nye Fællesråd har i en årrække i lige og ulige år indkaldt forslag til Årets Borger henholdsvis Årets Lokalitet. Formålet er at hædre borgere eller lokaliteter, der yder et særligt bidrag til lokalsamfundet. Blandt de gode forslag, som vi modtog i forsommeren 2025 har Fællesrådets Forretningsudvalg valgt at kåre *Folkehuset Lystrup* til Årets Lokalitet 2025.

Folkehuset Lystrup – tidl. ”Lokalcenter Sønderskovhus” - er i dag et sted, der rummer en mangfoldighed af forskellige aktiviteter, drevet af frivillige til glæde og gavn for stedets mange brugere.

Cafeen tilbyder alle hverdage kaffe på kanden og et dejligt måltid til en rimelig pris, tilberedt af køkkenets dygtige og populære ansatte og ekspederet af et team af faste frivillige - et tilbud som også omfatter mad ud af huset

Huset danner derudover ramme for en lang række grupper og klubber som mødes jævnligt om forskellige aktiviteter som fællesspisning, foredrag, udflugter mv.

Heriblandt kan nævnes ”Lystrup Gutterne”, Anemonerne”, en fotoklub. ”Sang og Musik på tværs” er husets ældste aktivitet, og den største medlemsgruppe finder man i ”Selvtræner og fitness”, hvor man efter introduktion har mulighed for at benytte stedets veludstyrede fitness center. Dette blot for at omtale nogen af de mange aktiviteter og grupper, der bruger huset.



Lystrup-Elsted-Elev-Nye Fællesråd

Folkehuset har sit eget blad, Sønderskovhus Nyt, der udkommer hver måned, og som også drives af frivillige. Overordnet er de mange aktiviteter organiseret under Brugerrådet, som vælges for et år ad gangen, og som har den løbende kontakt til folkehusets frivilligkonsulent og ledelse. Folkehusene er et initiativ, som administrativt og økonomisk hører under Aarhus Kommune, Sundhed og Omsorg. Med Folkehuset Lystrup er det lykkedes administrativt og fysisk at skabe nogle velfungerende rammer, som har kunnet rumme en meget stor og varieret række af aktiviteter. Aktiviteter, der er drevet af en lang række af engagerede frivillige til gavn og glæde for en stor gruppe af borgere i lokalområdet. Netop dette gør det velmotiveret at kåre stedet til Årets Lokalitet 2025 – ikke kun som bygning og institution, men netop som et ”folkehus” med mange rum.

Kåringen markeres med en reception i Folkehusets Cafe torsdag den 4 september 2025, kl. 14.00, hvor alle er velkomne.

Lystrup-Elsted-Elev-Nye Fællesråd





Nye el-busser til Folkehusene

Kort referat fra Møde om de nye El-busser



Deltagere: Frivillige chauffører fra Distrikt Nord;

Fra Kommunen: Anne Skyum, Marianne Keiser, Ulla Bording, Ulla Albæk.

Nye El-bus med 7 sæder i alt (inkl. chaufførsæde) og én kørestolsplads; plads til 3 sammenklappede rollatorer.

Busserne kommer til folkehusene i Distrikt Nord fra starten af 2026. Det er endnu ikke besluttet hvilken busmærke der købes. Busserne vaskes 4 gange årligt af pedellerne.

Booking-systemet, BookAarhus introduceres i november 2025; første gang 6 måneder frem. Efter oplæring får hver chauffør en personlig saltobrik og nøglebokse i hvert folkehus med busnøglen.

Langsigtet mål om handicapskilte i alle busser. Ny drøftelse om, hvordan ture fremover bør arrangeres.

Man forventer med de nye busser, at det bliver gratis for passagererne at komme med på tur.

Chauffører kan selv afholde udgifter til viskere, pærer mv.; navn og CPR-nummer på bon, plus foto til frivilligkonsulenten.

Reparationer op til 2.000 kr. faktura sendes som e-faktura til Folkehusene i Distrikt Nord (EAN 5798 0057 78677). Få kvittering og send foto til frivilligkonsulenten, som videresender til Ulla Albæk. Proceduren og EAN vedhæftes referatet.

Bustovholderen fører kørebog. Chauffører er ansvarlige for færdselsloven og betaler selv fart- eller parkeringsbøder; passagerer over 15 år kan få bøde, hvis sele ikke er spændt.

Bøde ift. borte/bleget handicapskilt sendes til frivilligkonsulenten og videre til Ulla Albæk.



Nye el-busser til Folkehusene

Ved evt. fald – lad personen ligge, ring til Falck for løftning; kontakt frivilligkonsulenten, som videresender til Ulla Albæk. Ved mangler (ryddet, ikke tanket, løse sæder) tages fotos og mailes til Trine Holst, trihol@aarhus.dk, med detaljer og hvem der sidst havde bussen ifølge logbogen. Ryd altid op, hvis du møder en bus, der ikke er ryddet.

Hvis bussen ikke er ryddet ved ankomst, ryd alligevel op. Hvis bussen ikke er til rådighed, når du har reserveret, informer Trine Holst.

En mail er udsendt med retningslinjer for lån af busser til plejehjemsforstandere om oprydning og tankning (og sædernes sættes korrekt). Der arbejdes på online kørebog og mulighed for aflysning af reservation i det nye system.

Hvis du selv får en skade i bilen, meld straks til pedellen.

Som frivillig chauffør er du i en arbejdslignende relation; ved skade meldes til frivilligkonsulenten hurtigst muligt.

Busturen til Silkeborg 20. august

Onsdag den 20. august startede 3 busser med 3 morgenfriske chauffører, Torben, Hans og Palle, ud på en dejlig tur.

Vejret var perfekt! Vi kørte til rutebådene i Silkeborg, hvor vi skulle sejle med "Falken" ca. en time til Himmelbjerget.

Det var en dejlig sejlads på Julsø og Gudenåen, hvor vi så store flotte moderne villaer og ganske almindelige huse. De fleste havde egen båd, stor eller lille.

Ved foden af Himmelbjerget ventede de 3 busser på os. Vi kørte op til Himmelbjerget, hvor vi spiste vores medbragte mad.

Nogle af os fik dejlige burgerboller fra Caféen, og andre havde selv mad med.



Busturen til Silkeborg 20. august

Der var god tid til snak, gåture, en stor is, toiletbesøg eller hvad vi nu havde lyst eller behov for.

Ved 14-tiden kørte vi til et dejlig sted som Torben havde lånt af en ven. Herfra bliver der solgt rigtig mange juletræer hvert år, både til Singapore, Vietnam, U.S.A. og mange andre steder.

Torben havde kaffe og kage med. Det var rigtig dejligt!

Vi var hjemme igen ved 17-tiden, og jeg tror at alle gerne vil sige tak for en dejlig dag med 3 friske chauffører.

Vi glæder os til de næste ture.

Birgit og Karna



FOLKEHUSET LYSTRUP Sønderskovhus Caféen

HERREFROKOST

Torsdag den 25. sep. kl. 13:00

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

**Tilmelding på opslagstavlen
i caféen.**

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

**Pris.: 85,- kr. som
betales kontant ved
fremmøde.**

**(Mød meget gerne frem
med aftalte penge!)**



Menu:

Glaseret skinke med sprødt grønt, marineret
kartoffel salat og focaccia brød + kaffe og kage

**Afbud senest dagen før på 26 51 13 33
ellers er tilmelding bindende.**



Nyt fra Morgenfruerne

Morgenfruerne har haft nogle gode ture her på det sidste. Først havde vi en vellykket Sommerfest på Egå Marina. Her fik vi den dejligste frokost, og som I kan se på billederne var det gode vejr med os.



Ugerne efter havde vi arrangeret en tur til Fjellerup Ishus. Vi tog hjemmefra i øsende regnvej, men inden vi nåede Fjellerup havde vi lige et par stop og heldigvis kom solen frem. Vi stoppede og spiste frokost ved Madpakkehuset Enslevgård som ligger nær Grenå. Det var et virkelig hyggeligt sted, og kan bruges både af Morgenfruer, skoleklasse og lystfiskere. Der er toiletter og udendørs køkken så det var et skønt sted, især nu solen var fremme.



Nyt fra Morgenfruerne

Vi tog videre og var forbi Møllefisk og Røgeri ved Bønnerup Strand, hvor vi købte ind til aftenmaden.

Herefter var det Fjellerup Ishus men så var vi også mætte og trætte. Det var en lang tur hjem, og vi takker chaufførerne for at bringe os sikkert frem og tilbage.

Morgenfruen Bente.



FERNISERING

og udstilling i Caféen



Karen Margrethe Qvist

mandag den 15. sep. kl. 14:00

Alle er velkomne

Jeg har malet i mange år og været så heldig at få lov at udstille rigtig mange steder. Jeg finder min inspiration overalt, og særligt har naturens skiftende årstider fået gode ideer frem .

Ofte arbejder jeg i det abstrakte univers, hvor spontanitet og ideerne former sig i processen, og fører mig i forskellige retninger undervejs.

Jeg nyder at male, og er ikke låst fast i en bestemt retning.

Med venlig hilsen Karen Margrethe Qvist



Anemonerne er klar til at springe ud igen!

I kvindegruppen Anemonerne ser vi frem til at springe ud igen fra Folkehuset i Lystrup. Årets første halvdel blev sluttet af med hhv. Powerty walk i Århus, og besøg i Mariager Kirke og Rosenhave.

På powerty walk viste en hjemløs Anemonerne rundt i Århus, og han kunne fortælle ting om byen, som de færreste Anemoner kendte til. Hans eget liv som hjemløs gjorde turen autentisk, og hans tilgang til byen som borger var på én gang spændende og trist. Igen måtte Anemonerne sande ting om samfundet, som ligger fjernt fra de flestes hverdag (jfr. foredraget med Ønskefeen i vinters).

Den spændende tur blev afsluttet med besøg på Folkehuset i Møllestien, hvor der var fælles frokost.

Sidste anemonetur før sommerferien gik til Mariager. Det var Anemonernes første tur med Folkehusenes busser.

Ved Mariager Kirke blev vi mødt af vores rundviser, og på gåturen fik vi fortalt om de gamle klostre og den imponerende kirke, om folket, der havde beboet klostrene og ikke mindst om den store forvandling, stedet har gennemgået i tidens løb. Dét var så spændende, at vi havde svært ved at slippe det, men vi skulle også se Rosenhaven.





Anemonerne er klar til at springe ud igen!

I Rosenhaven spiste vi medbragte sandwiches fra Folkehuset hjemme i Lystrup, før vi gik rundt og nærstuderede roserne. Og der blev uddelt viden, og en del af holdet drog videre i skoven for at møde en skovtroll!



Vel hjemme i Lystrup kunne vi så ønske hinanden en dejlig lang sommer og på gensyn i august.



Og det er så her, Anemonerne er klar til at springe ud igen efter vores opstartsmøde primo august. Vi benyttede lejligheden til at høre gruppens mening om det første halve år og planerne for resten af 2025, som er planlagt. Der blev sagt meget, og endnu mere blev noteret, så vi er klar til at tage fat på 2026. En enkelt anemone har forladt gruppen, men en anden har ønsket at indtræde, så hende glæder vi os til at møde.

Alle ønskes et dejligt efterår fra tovholderne
Lisa, Karin, Tove og Alice



Menuplan

Folkehuset Lystrup

Sønderskovhus Caféen



ÅBNINGSTIDER: Mandag til fredag: 07:00—14:00

TELEFON: 87 13 89 55



CAFÉ SØNDERSKOVHUS

Menuplan for september 2025

Ugedag Dato Menu

- Mandag 1. Bøf med bløde løg, sauce, kartofler og hjemmesyltede rødbeder
- Tirsdag 2. Kyllingefrikadeller med paprikasauce, stegte kartoffelbåde m. årstidens grønt
- Onsdag 3. Honningmarineret skinkesteg med flødekartofler og stegte rodfrugter
- Torsdag 4. Vegetarret: Fyldte vegetar squash serveret med tzatziki, brød og efterårssalat
- Fredag 5. Ribbensteg med sauce, kartofler og rødkål

Lørdag/Søndag

- Mandag 8. Medister med stuvet hvidkål og rødbeder
- Tirsdag 9. Kam med citron og timian sauce, kartofler og dampet grønt
- Onsdag 10. Fiskefilet med persillesauce, kartofler og gulerodsråkost
- Torsdag 11. Svensk pølseret med spidskål og peberfrugt
- Fredag 12. Kyllingebryst med bacon og kryddersauce, ovnkartofler og årstidens salat

Lørdag/Søndag Lukket

- Mandag 15. Boller i karry med ris og gulerodsråkost
- Tirsdag 16. Biksemad med bearnaisesauce og hjemmesyltede rødbeder
- Onsdag 17. Braiseret gryde med kød og årstidens grønsager og kartoffelmos
- Torsdag 18. Hamburgerryg med aspargessauce, kartofler og gemyse
- Fredag 19. Forloren hare med vildtsauce, kartofler og tyttebær

Lørdag/Søndag Lukket

- Mandag 22. Frikadeller med sauce, kartofler og coleslaw
- Tirsdag 23. Koteletter i fad med ris og efterårssalat med pærer
- Onsdag 24. Laks med sauce og kartofler, salat af spidskål, ærter og dild
- Torsdag 25. Karbonade med stuede grønrøtter og gulerod
- Fredag 26. Område Nord gryde med kartoffelmos og rødbeder

Lørdag/Søndag Lukket

- Mandag 29. Kinesisk risret med lækker tilbehør
- Tirsdag 30. Græsk one pot pasta med hakket oksekød, et pift af grønt og feta



Caféen på Folkehuset Lystrup

Åbningstider: 09:00-14:00

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

Tlf. 87 13 89 55

30-60% økologi

Ret til ændringer forbeholdes



VELKOMMEN I FOLKEHUSET LYSTRUP SØNDERSKOVHUS CAFÉEN

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

MORGENMAD

Bolle	7 kr.
Rugbrød	6 kr.
Franskbrød	4 kr.
Smør	5 kr.
Marmelade	5 kr.
Smøreost	5 kr.
Ost	6 kr.

VARME DRIKKE

Lille kaffe/the	8 kr.
Stor kaffe/the	11 kr.
Kande kaffe/the	31 kr.

FROKOST

Dagens middag	54 kr.
Dessert	25 kr.
Frokostret	fra 37 kr.
Sandwich/burgerbolle med pålæg	37 kr.
Salat pr. 100g	13 kr.
Brød til salat	4 kr.
Smørrebrød (2 stk. pålæg)	21 kr.
Luksus smørrebrød (4 stk. pålæg)	33 kr.
Ekstra pålæg pr. skive	6 kr.
Franskbrød pålæg	29 kr.

KOLDE DRIKKE

Alm. Øl excl. pant	21 kr.
Sodavand excl. pant 0,33	16 kr.
Sodavand excl. Pant 0,50	23 kr.
Kildevand	11 kr.
Rødvind/hvidvin 75 cl	104 kr.
Rødvind/hvidvin 25 cl	42 kr.
Vin pr. glas 20 cl	26 kr.

BAGVÆRK

Caféen tilbyder lækkert hjemmebag.

Bl.a. kage	fra 13 kr.
Helt franskbrød	27 kr.
Hjemmebagte småkager 100g	21 kr.

TAKE AWAY

Se på tavlen eller spørg i caféen

SØD FORPLEJNING

Lagkage med pynt (10/12 prs.)	172 kr.
Kaffe/the og flødekage (arrangement)	36 kr.
Kaffe/the og kage (arrangement)	26 kr.

ÅBNINGSTIDER:

Mandag - fredag

7:00 - 14:00

Tlf. 87 13 89 55

Mød os på

facebook

Sønderskovhuscafeen

Prislisten forefindes i Caféen

Gælder for Folkehusene i Aarhus

1. januar 2025



Nyt fra Caféens Venner

BIRTHE OG JOHN SIGER FARVEL

Hej alle på Folkehuset Lystrup.

Birthe og John vil gerne sige pænt tak for 5 gode år i huset som nu er kåret til årets hus.



I de knap 5 år har jeg oplevet glæden ved at være sammen med ældreigestillede personer.

Lystrup Gutterne var det første jeg begyndte med.

En stor glæde med vores månedlige udflugt til forskellige steder. Fællesspisning ligeledes en månedlig begivenhed.

Pragtfuld at sidde og tale om løst og fast med kammeraterne.

Det kommer jeg til at savne. En stor hilsen til alle i gruppen.

Ligeledes havde jeg stor fornøjelse med vores blad, som blev læst af ca. 500 personer. En stor succes. Det var Preben Bager som mente jeg skulle være skribent. Det blev jeg så i knap to år. Hvor efter bladet lukkede ned. Efter en kort lukketid åbnede Aage Jarl sammen med undertegnede bladet igen.

Bladet var næsten ikke tørt før det var en succes. Takket være Aage Jarl, som er helt fantastisk til at opsætte bladets sider.

Jeg håber for alle at bladet fortsætter i mange år.



Nyt fra Caféens Venner

Caféens Venner var jeg også involveret .

Det startede faktisk på vågeblus. Egentlig var det gået i stå. Jeg ringede rundt til næsten 100 personer for at få frivillig hjælp.

Det lykkedes at få 12 personer med i opstarten, således vi igen kunne invitere til fest på Folkehuset Lystrup. En bragende succes. Der møder jo næsten 70 personer op til hver eneste fest. Jeg kommer til at savne jer allesammen .

Birthe deltog så godt hun kunne i frivillig arbejde med Caféens Venner. Et sted hun følte sig hjemme og havde det godt.

Desværre blev hendes sygdom værre. Endda for stærkt til at jeg kunne følge med.

Jeg kunne ikke fatte at en sygdom som dement kan gå så stærkt og værre så ondskabsfuldt. Det gør virkelig ondt at se udviklingen fra dag til dag på en person man elsker rigtig højt. Det er så slemt at jeg måtte smide tøjlerne med mit frivillige liv på Folkehuset Lystrup.

Til slut måtte jeg også smide tøjlerne på hjemmeplan og blev indlagt med overhængende fare med høj stress.

Jeg vil ikke gå nærmere ind over min sygdom, men lægerne fortalte ,at jeg for min egen skyld skulle flytte fra Birthe.

Heldigvis rakte min søn Jesper ud og rev mig væk fra alle de tanker jeg havde.

Er nu flyttet til Løkken og bor 300 meter fra hans hjem. Jeg har fået en dejlig lejlighed med udsigt udover Vesterhavet. Det er fred for sjælen.

Jeg vil gerne takke alle som jeg har arbejdet tæt sammen og sige tak for 5 gode år.

Mange hilsner
John.



Nyt fra Caféens Venner

Så fik vi besøg af SALONORKESTERET i Sønderskovhus Caféen. Vi kender dem godt fra tidligere besøg, så caféen var helt fyldt op og ikke en stol var ledig. Det var et spændende repertoire, hvor også en 60'er slager "Oh Carol " af Neil Sedaka.

Det var som sædvanlig en dejlig koncert, og kagen til kaffen fejlede heller ikke noget, tværtimod, man går altså ikke fejl af noget med flødeskum.

Tak for en helt igennem herlig eftermiddag.





Nyt fra Caféens Venner

Stor tak til alle der mødte op, og tak til Caféen, de frivillige og ikke mindst Salonorkesteret.



FOLKEHUSET LYSTRUP
Sønderskovhus Caféen
CAFÉEN'S VENNER



Gulla og Birgitte

Sange fra Bakken, revyen og visernes verden

Torsdag den 9. oktober kl. 14:30

Pris: 50,- kr.

Inkl. kaffe og kage i pausen

Billetsalg 25. september i Caféen fra kl. 10:00

(Billetter kan købes i Caféen senest onsdag den 8. oktober)



Sponsoreret af Lions Club Lystrup





LystrupGutterne på tur

Lystrup Gutternes tur til Friland, Madpakkehuset og Bønnerup Strand.

Den 13. august deltog 11 gutter i en tur arrangeret af Lystrupgutterne.

Erik Borup, som er en aktiv deltager i Lystrupgutterne, havde tilmeldt sig, men var nervøs for, om han nu kunne klare at gå på hele turen. For at sikre, at han også kunne deltage, besluttede Frank og jeg at købe en kørestol i Harald Nyborg, den kunne også bruges af andre på fremtidige ture.





LystrupGutterne på tur

Vejret var super og vi drog afsted i to busser fra Lystrup kl. 10 mod Feldballe Friland. Kristian Jacobsen, en ny chauffør i Lystrupgutterne, kørte en af busserne. Undervejs gjorde vi stop ved Ugelbølle Strand, hvor Frank udleverede drikkevarer. Ved Frilandet gik vi selv rundt og udforskede de forskellige spændende huse og aktiviteter på området. Der blev købt is, som de lavede på stedet og Frank fandt en rigtig fin kaffestempel-kande på et loppemarked til kun 5 kr. Erik tænkte på at købe en stor gul bamse, men var bange for at hans kone ikke mente, at det var et godt køb.





LystrupGutterne på tur

Efter besøget på Friland kørte vi til Madpakkehuset ved Grenaa. Her serverede Frank varme lav-selv hotdogs med brød, sennep, ketchup, remoulade, agurkesalat samt rå og ristede løg. Vi nød vores måltid i solen og havde en hyggelig stund sammen.

Som afslutning på turen kørte vi til Havnegrillen på Bønnerup Strand, hvor gutterne fik lov til at bestille lige den is, de ønskede. Der blev virkelig gået til den og alle nød det.

Efter vi havde spist is og nogle havde handlet ved Møllefisk, kørte vi tilbage mod Lystrup hvor vi ankom kl. ca. 16:30 efter en rigtig dejlig og hyggelig dag. Det var dog lidt ærgerligt, at ikke flere havde tilmeldt sig turen, men stemningen var stadig høj blandt de deltagende gutter.

Hans



FOLKEHUSET LYSTRUP **Sønderskovhus Caféen** **AKTIVITETSUDVALGET**

Bustur fra Folkehuset Lystrup

Onsdag den 17. sep. kl. 11:00

Gjern Bakker – Dollerup Bakker

Vi kører til Gjern Bakker og Dollerup Bakker onsdag d.17/09 kl. 11:00 fra folkehuset Lystrup

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

Der er 16 pladser og det er først til mølle

Husk at skrive en person pr linje

ved flere interesserede til turen vil vi forsøge at finde en bus mere

Tilmelding bliver sat op på opslagstavlen d.25/08 2025

Sidste tilmelding er onsdag d.10/09 kl. 19:00

Der kan købes klippe kort i cafeen (folkehuset Lystrup)

Pris for turen er 1 klip

Vi holder ind ved lagkagehuset i Viborg (kaffe)

Der køres fra Viborg igen kl. ca. 15:30

Stor hilsen aktivitetsudvalget

Min mail

Torben Christensen

joto@c.dk





Ny kvindegruppe: "Nymferne"

Ny kvindegruppe nr. 4:

Vi har nu etableret en ny Kvindegruppe. Navnet på gruppen er Nymferne.

Vi afholder aktivitet i gruppen den første onsdag i hver måned fra kl. 12:00 til ca. 16:00.

Gruppen er på 18 personer, som vi også har besluttet er max deltager antal.

Skulle der være et medlem der ønsker at fratræde optager vi nye fra vores venteliste.

Vores bestyrelse er det næste halve år Else Vedsø, Dorte Højlund, Ann Lydia Røijen og Helle Klopp.

Håber alle i Nymferne vil få mange gode og sjove timer sammen.

Helle Klopp Nymferne.

Mobil 29209556 klopphansen@hotmail.com





Frivillige søges til stolegymnastik

Stolegymnastik for 10-12 beboere på Sønderskovhus



Har du lyst til at bruge et par hyggelige og sjove timer med stolegymnastik sammen med nogle beboere på Sønderskovhus.

Så er der mulighed for, at du kan være frivillig sammen med Jytte og Solvejg.

Til stolegymnastikken bruger vi bl.a. bolde, elastikker og sandposer.

Efter gymnastikken hygger vi os med kaffe og kage.

Vi mødes tirsdag eftermiddag i lige uger fra 13.30 - 15.30

**TIRSDAG EFTERMIDDAG I LIGE UGER
FRA KL. 13:30 TIL 15:30**

Vi holder sommerferie og ferie omkring højtiderne.

Så kontakt:

**Jytte Carlsen mobil 30 22 47 65 eller
Solvejg Østergaard mobil 23 34 81 53**



TØJBILEN V/ JYTTE NYGAARD

NØJE UDVALGT TØJ MED FOKUS PÅ KVALITET OG PASFORM

**SE DE NYE
VARER!**

BLUSER
STRIK
T-SHIRTS
CARDIGANS
TUNIKAER

**PERSONLIG
BETJENING**
Få råd og
vejledning

**CISO
M I C H A[®]
SIGNATURE
BRANDTEX
SUNDAY
JENSEN**

BUKSER
NEDERDELE
KJOLER
OVERTØJ

LILLE UDVALG AF
HERRETØJ

STR. S-4XL

**ALTID STORT
UDSALGSSTATIV**

BETALING:
KONTANT
MOBILEPAY
DANKORT
OVERFØRSEL
(EFTER AFTALE)

VI MØDES:

**Onsdag 10. september
kl. 10.00-13.00 caféen**

jytenygaard@tøj bilen.dk

61 68 97 81



Det sker i Lystrup Kirke

Sangcafeer for mennesker med demens og deres pårørende

Tre mandag eftermiddage i Lystrup Kirkes mødesal

Sangcafeerne er særligt tilrettelagt for demensramte hjemmeboende og deres pårørende. Det er vigtigt for demensramte at kunne deltage i en aktivitet sammen med deres ægtefælle eller ven. For her er vi sammen om musikken og sangen, som vækker glæde, minder og skaber samvær. Vores frivillige værtinder vil sørge for at der er pyntet fint op og gjort klar, når I kommer. Vi serverer kaffe, the, boller og kage. Hvis du kender nogen, som kunne have glæde af dette tilbud, må du gerne give ideen videre.

Tilmelding til sognepræst Hans Boas på HHMB@km.dk eller tlf. 2320 2392

Program for efteråret 2025:

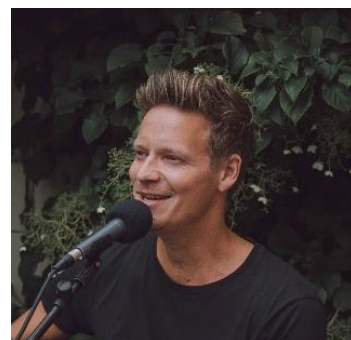
Mandag den 1. september kl. 14.00

Sognepræst *Hans Boas* og organist *Lars Nabe-Nielsen*



Mandag den 6. oktober kl. 14.00

Kasper Ehlers, sanger, musiker og musikterapeut.



Mandag den 3. november kl. 14.00

Helle Høyer Vedel, musikpædagog og tidl. leder af Aarhus Pigekor



Det sker i Lystrup Kirke

**Fra Grænsen til Grenen – 1060 km. til fods
Hærvejsvandring med ekstra kilometer**

Foredrag i Lystrup Kirke torsdag den 11/9 kl. 14.00-16.00

Hærvejen strækker sig fra grænsen og op til Hirtshals. Det var den rute *Birgitte Aalling* og *Hans Boas* havde sat sig for at gennemføre i år. Vi har tidligere gået på Caminonen i Spanien et par gange, så vi glædede os til denne tur, som vi forlængede op til Skagen og hjem igen til Lystrup langs østkysten. Kom og hør om vores oplevelser med natur, kultur, historie (både familiehistorier og Danmarkshistorie). Vi viser selvfølgelig en masse billeder fra vores tur.

Der bliver serveret kaffe og kage ved dette eftermiddagsmøde. Vi holder det samme foredrag en aften nemlig **tirsdag den 30. september kl. 19.00-21.00**





Faste aktiviteter i Folkehuset Lystrup

Kontaktperson vedr. opdatering af informationer om de faste aktiviteter: Navn: Hans Gissel E-mail: hans.gissel@post.tele.dk

Akvarel - og akryl gruppen:

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

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

Bobspil:

Kontaktperson: Karna Staall: 61 78 81 40 jkarnastaall@gmail.com

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

Gruppen mødes i Lystrup Folkehus i lokale B, hver onsdag fra 10 – 11:30

Damefrokost:

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

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

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

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

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

Fotoklub:

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

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

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

Gåturgruppen og stavgang:

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

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

Kreativitetsgruppen:

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

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

Kunstgruppen:

Kontaktperson: Jette Sørensen, 24 48 86 55 Jette@bruunweb.dk

Kvindegruppe 1 - Morgenfruerne:

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

Kvindegruppe 2 - Kulturperlerne:

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

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



Faste aktiviteter i Folkehuset Lystrup

Kvindegruppe 3 - Anemonerne:

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

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

Kvindegruppe 4 - Nymferne:

Kontaktperson: Helle Klopp Hansen: 29 20 95 56

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

Lystrupgutterne:

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

Gruppen mødes i Lystrup Folkehus i lokale B, den første fredag i hver måned 12:00 til spisning eller 12:30, hvis man ikke ønsker at spise med.

Sang og Musik på tværs:

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

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

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

Selv Træner Fitness:

Kontaktperson og Fitnessinstruktør:

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

Bestyrelsesmedlem Gunnar Bjerglund: 40 27 40 52

gunnar@bjerglund.com

Strikke Cafe:

Kontaktperson:

Karen Lindegaard: 24 64 75 40 karenmlindegaard@gmail.com

Gruppen mødes i Lystrup Folkehus i lokale D, hver mandag fra 14 til 16.

Spil Whist igen:

Kontaktperson: Lars Søgaard: 26 51 13 33 Lars_susanne@webspeed.dk

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

Trave Gruppen:

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

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



Kontakt personer i Folkehuset Lystrup

Frivilligkonsulent:

Marianne Keiser 24 78 29 10 mak@aarhus.dk

Brugerrådet Folkehuset Lystrup:

Formand for rådet:

Lars Søgaard 26 51 13 33 lars_susanne@webspeed.dk

Kasserer:

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

Medlem:

Frank Rasmussen 61 78 43 51 anfra@os.dk

Avisen Sønderskovhus Nyt:

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

Bent Rise 29 33 72 87 bentrise@icloud.com

Besøgstjenesten Koordinatorer:

Ester Bork Sørensen 22 78 65 55

Solvejg Østergaard 23 34 81 53

Booking bus:

John Berg Olesen 22 94 80 28

John Duelund 61 72 50 17

Caféens venner:

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

Flaghejsning:

John Berg Olesen 22 94 80 28

Fredagsklub for plejeafd.:

Helga Johansen 21 93 92 15 helgajohs@live.dk

Gudstjeneste - En onsdag i hver måned:

Tove Johannsen 25 84 31 89 tjohann13@icloud.com

Lokalebooking:

Birgitte Jørgensen 20 78 19 17 joebir@aarhus.dk

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

Stolegymnastik for plejeafdeling:

Tove Johannsen 25 84 31 89 tjohann13@icloud.com



Nyttige oplysninger

Telefonlinjen Pleje og Rehabilitering Distrikt Nord

(hjemmeplejen) Hverdage 08:00-12:00 **87 13 13 13**

Hovednummer til Sundhed & Omsorgslinjen:

Hverdage 08:00 –12:00 **24 59 46 32**

Hverdage 10:00-15:00 **87 13 16 00**

Hjemmeside: aarhus.dk (Sundhed og Omsorg)

Administrativ leder Distrikt Nord:

Trine Holst **22 38 87 59** trihol@aarhus.dk

Bolig administration:

Mandag-onsdag 09:00-12:00

Fredag 09:30-12:00 **89 40 66 44**

Døgnpleje via Brandstation (Akut hjælp):

Weekend og helligdage

15:00-08:00 **86 12 10 21**

Sundhedsenheder:

Weekend og helligdage

15:00-08:00 **86 76 77 21**

Forebyggelses Konsulent:

Lina Engen **87 13 31 63** lin@aarhus.dk

Sundhedsklinik Sønderskovhus: (Kun efter aftale)

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

Forstander Plejehjem Sønderskovhus:

Tina Fangel **41 87 39 84**

Pedel, Teknisk service:

Peter Søby petsoe@aarhus.dk

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

Så kan du lokalt i Lystrup får seniorvejledning med vores lokale vejleder Fritse Zinner på tlf.: **24 27 23 11**



Gudstjenester



Gudstjeneste på Sønderskovhus lokale D 2025

Onsdag den 22. okt. Kl. 10:30 v/ Loa Christensen

Juleaften den 24. dec. Kl. 11:00 v/ Iben Vinther Nordestgaard

Nærværgudstjeneste i Lystrup Kirke 2025

Onsdag den 10. sep. kl. 11:00 v/ Hans Boas

Onsdag den 8. okt. kl. 11:00 v/ Iben Vinther Nordestgaard

Onsdag den 5. nov. Kl. 11:00 v/ Hans Boas

Adventssang i Skovhuset 2025

Onsdag den 26. nov. kl. 10.30 v/ Lene Dahl-Hansen

Pårørende er meget velkomne til at deltage

Tove Johannsen 25 84 31 89 tjohann13@icloud.com



Bagsiden

SANG OG MUSIK PÅ TVÆRS



Kontaktpersoner:

Kirsten Møller: 51 29 70 13

Inger Pedersen: 25 15 44 28

Mandag 08. sep. kl. 14-16:00	uge 37
Mandag 22. sep. Kl. 14-16:00	uge 39
Mandag 06. okt. Kl. 14-16:00	uge 41
Mandag 20. okt. Kl. 14-16:00	uge 43
Mandag 03. nov. Kl. 14-16:00	uge 45
Mandag 17. nov. Kl. 14-16:00	uge 47
Mandag 01. dec. Kl. 14-16:00	uge 49
Mandag 15. dec. Kl. 14-16:00	uge 51

SPIL WHIST IGEN – FOLKEHUSET LYSTRUP



**Vi spiller tirsdage i ulige uger
kl. 14:00 til ca. 16:00**

Er du klar til spil og hygge? Kom til SPILLECAFÉ



**Vi spiller hver torsdag
kl. 15:00 til ca. 17:00**