



Oktober 2025

Folkehuset Lystrup

Sønderskovhus Nyt



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

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

Månedssblad for Folkehuset Lystrup

Lystrup Centervej 78

8520 Lystrup

Udgivet siden 1983

Bladet er gratis

Udkommer den første i hver måned



**Bustur til
Ebeltoft
æblefestival**

SIDE 17

**Fiske tapas
Clausens
Fiskehandel
kom forbi**

SIDE 26

**Sig goddag til
Louise
SIDE 23**

**Kåring af årets
lokalitet
SIDE 8**

**Førstehjælp
til frivillig
chauffører
SIDE 15**

**Damefrokost
SIDE 12**



Redaktionens 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 48 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
Vise-og revy sang med Gulla og Birgitte 9. oktober	4
KALENDEREN: Folkehuset Lystrup	5
Nyt fra Centerrådet	6-7
Kåring af "Årets lokalitet"	8-11
Damefrokost 28. oktober	12
Fernisering i Caféen	13
Kom til Halloween i Caféen 31. oktober	14
Førstehjælp til frivillig chauffører	15-16
Bustur til Ebeltoft æblefestival 15. oktober	17
Billeder fra busturen til Gjern- og Dollerup bakker	18
CAFÉENS MENUPLAN	19-22
Tag godt imod Louise	23-24
Mortens aften menu i Caféen 12. november	25
Clausens Fiskehandel serverede fiske tapas	26-28
Brock & Nørlund underholder i Caféen 13. november	29
LystrupGutterne på tur til Sletterhage	30-31
Julemarked i Folkehuset 22. november	32
Infomøde omkring digital tryghed 14. januar	33
Det sker i Lystrup Kirke	34
Faste aktiviteter i Folkehuset Lystrup	35-36
Kontaktpersoner i Folkehuset Lystrup	37
Nyttige oplysninger	38
Gudstjenester	39
Sang og musik på tværs / Spil whist igen / Spille Café	Bagsiden



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





KALENDEREN: Folkehuset Lystrup

DATO:	TID:	ARRANGEMENT:
06. okt	14-16:00	Sang og musik på tværs Pris: 26,-kr. (se bagsiden)
09. okt	14:30	Revy- og visesang med Gulla og Birgitte i Caféen Arr. Caféens Venner (se side 4) Kaffe og kage. Pris: 50,- kr. Billetsalg i Caféen fra 25. sep. kl. 10:00
15. okt	11:00	Bustur til Ebeltoft (Æblefestival) (se side 17)
20. okt	14-16:00	Sang og musik på tværs Pris: 26,-kr. (se bagsiden)
28. okt	13:00	Damefrokost i Caféen (se side 12) Spisning og hygge (Aspargessuppe m/kødboller og flutes, kaffe og æblekage med flødeskum) Pris: 85,- kr. Tilmelding på opslagstavlen ved Caféen Betales kontant ved fremmøde
31. okt	11:30	Halloween i Caféen Pris: 54,- kr. (se side 14)
03. nov	14-16:00	Sang og musik på tværs Pris: 26,-kr. (se bagsiden)
12. nov	11:30	Mortens Menu i Caféen: And med hvide og brune kartofler, sovs og rødkål, Risalamande med kirsebærsauce Pris 140,- kr. Musikalsk underholdning med Aage (Se side 25)
13. nov	18:00	Brock & Nørlund spiller i Caféen (se side 29) Arr. Caféens Venner Pris: 130,- kr. Billetsalg i Caféen fra 29. okt. kl. 10:00 i Caféen MENU: Grill kølle med flødekartofler og årstidens salat Kaffe/te med småkager
17. nov	14-16:00	Sang og musik på tværs Pris: 26,-kr. (se bagsiden)
22. nov	10:00	Stort Julemarked Sønderskovhus Arr. Aktivitetsudvalget (se side 32)
25. nov	13:00	Dame Julefrokost i Caféen Spisning og hygge (Fiskefilet med remoulade og citron, Tartelet med høns i asparges, Ribbensteg med rødkål, Risalamande med kirsebærsauce Tilmelding kommer på opslagstavlen ved Caféen



Nyt fra Centerrådet

Referat fra centerrådsmøde d. 02.09.25

Deltagere: Marianne, Lars, Frank og Hans

Afbud: Trine

Referent: Hans

1. Godkendelse af dagsorden

Dagsordenen blev godkendt uden bemærkninger.

2. Godkendelse af sidste referat

Referatet blev godkendt med følgende bemærkning: Lars har planlagt alt omkring Herrefrokosten den 25. september. Hvis arrangementet bliver en succes, skal der findes én eller to tovholdere til at stå for fremtidige arrangementer.

3. 65+ skemaer

Besvarelserne fra 65+ spørgeskemaerne for 2024 er nu sat op i skemaformat. Marianne vil finde spørgeskemaerne for 2025 og lægge dem i dueslaget. Når vi har den fulde oversigt for begge år, vil vi vurdere, om der skal iværksættes nye aktiviteter.

4. Sidste detaljer til torsdagens reception

Hans køber flere sten til springvandet. Cafeens venner vil komme og dække borde samt klargøre lokalerne. Vi forventer op til 100 deltagere. Jacob Søgaard fra byrådet vil deltage, hvis han kan komme fra et møde i byen. Christian Budde og Nicolaj Bang er begge forhindret i at komme.

5. Information fra Trine og Marianne

Simon fra Lystrup Bibliotek har kontaktet Marianne angående et samarbejde.



Nyt fra Centerrådet

I Folkehuset Skødstrup er det populært, at en bibliotekar læser op fra en bog, mens der drikkes kaffe, eller at en person kommer og fortæller om fx. arv og testamente. Der er planlagt et møde med Simon fredag d. 12. september kl. 11:30.

Der er stor aktivitet i Krearummet i Skødstrup, hvilket måske kan have interesse for folk fra Lystrup. Frivilligbaren genoptages.

6. Status på lydproblemer i lokale B+C

Nicolaj Bang erkendte i juni, at akustikken i lokalerne B og C var dårlig. Han lovede, at der var penge til forbedringer. Nu har Lars fået oplyst, at der ikke kan bevilges midler. Nicolaj er løbet fra aftalen og sagen er lukket

7. Springvand

Der købes flere sten og springvandet tændes på torsdag, inden gæsterne ankommer.

8. Julemarked

Afholdes lørdag d. 22. november. Markedsudvalget er i fuld gang med planlægningen. Alle borde er udsolgte og der er oprettet venteliste.

9. Kvindegruppe 5

Tovholder for gruppen er Annette Mølgaard (a.moelgaard@hotmail.com). Det er endnu ikke afklaret, om gruppen har fået et navn.

10. Evt.

Lars vil prøve at kontakte politiet angående et foredrag om digital sikkerhed.



Folkehuset Lystrup – Årets lokalitet



Fællesrådets Kåring af Årets Lokalitet 2025

Fællesrådet for Lystrup, Elev, Elsted og Nye fungerer som lokalområdets centrale talerør overfor Århus Kommune og andre institutioner, såsom Århus Amt. Rådet er en samlende forening, der består af medlemmer fra lokale foreninger, beboergrupper, institutioner, skoler og råd, og har til formål at fremme samarbejde og udvikling i området.

En af Fællesrådets traditionsrige skikke er, at de i de lige år hædrer en borger, mens de i de ulige år udvælger en lokalitet i området til at blive hædret. I 2025 var det Folkehuset Lystrup, der fik æren af at modtage denne anerkendelse.

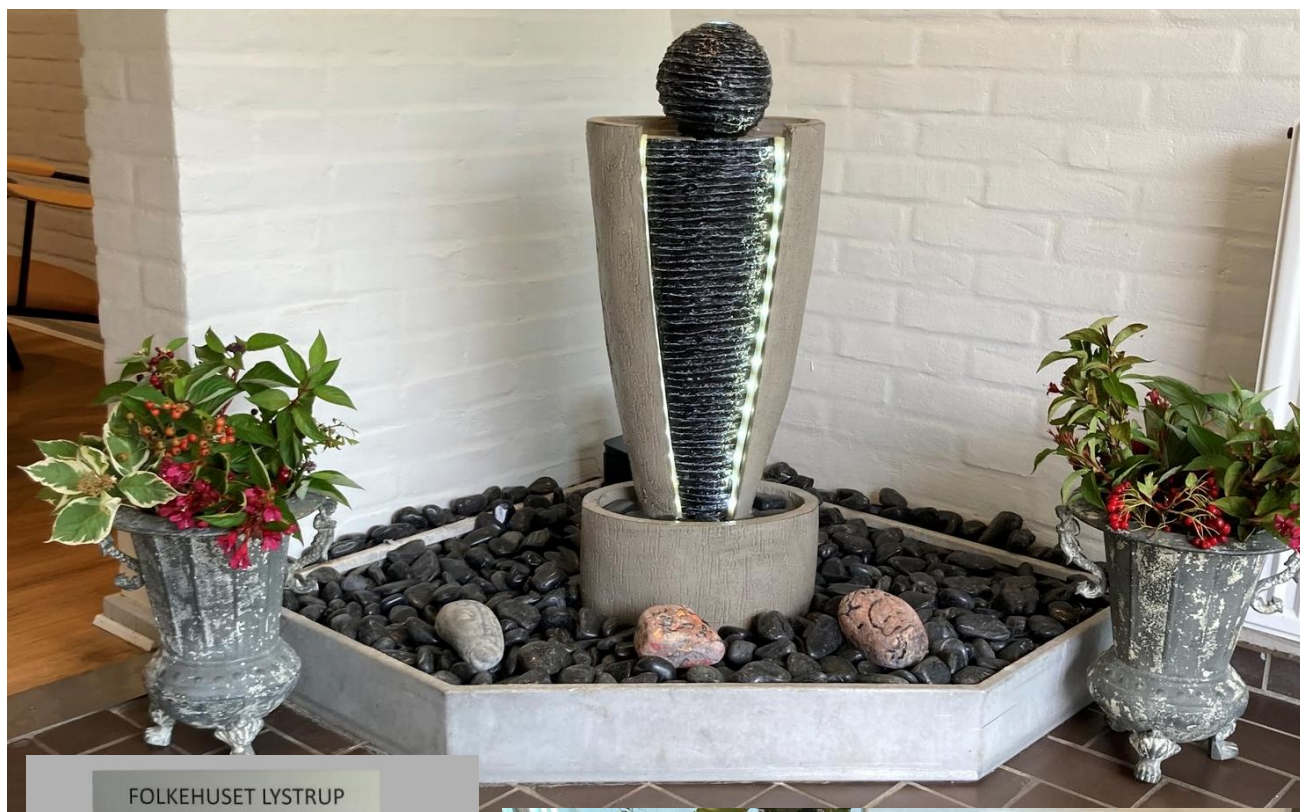
Fejringen fandt sted d. 4 september i Folkehuset Lystrup, hvor Fællesrådet indbød til en reception for at anerkende husets betydning for lokalsamfundet. Arrangementet blev en festlig dag, hvor Folkehuset blev fejret for sin rolle som samlingspunkt og aktivitetshus i området.





Folkehuset Lystrup – Årets lokalitet

Som en symbolsk gestus modtog Folkehuset en gave i form af et nyt springvand, som nu står ved hovedindgangen, samt et diplom, der markerede æren. Udover den formelle hædring var Fællesrådet vært for et glas champagne og kransekager til alle fremmødte gæster. Centerrådet for Folkehuset Lystrup bidrog med sandwich og kaffe.





Folkehuset Lystrup – Årets lokalitet



Arrangementet blev en stor succes med over 100 fremmødte gæster. Deltagerne sang Sønderskovhus sangen og der blev holdt taler af Fællesrådets Jørgen Andersen samt centerrådets formand Lars Søgaard Jensen. Det var tydeligt, at både gæster og arrangører satte stor pris på at fejre Folkehuset Lystrup. Vi ønsker at takke Fællesrådet for Lystrup, Elev, Elsted og Nye for at have valgt at hædre os i år. Det er en stor ære at blive anerkendt på denne måde, og vi ser frem til fortsat at bidrage til det gode liv i vores lokalområde.

Hans

Medlem af Centerrådet





Sønderskovhus sangen

Melodi: "Oppe på bjerget" Musik: Meredith Wilson

Tekstforfatter af de 3 første vers: Aase Jørgensen/Kirsten Møller

Tekstforfatter af vers 4: Arne Pedersen

1.
Sønderskovhus, er stedet hvor,
aktiviteterne foregår.
Samvær gi'r livet kolorit,
bare men smiler lidt.
Prøv at få snakketøjet i gang,
sangmusklen bruge, alle har trang,
på Sønderkovhus hånd i hånd,
knytter man venskabsbånd.
2.
Mange ting sættes der her i gang:
Foredrag, seniordans og petanq.
Livsgnisten her bli'r tændt på ny,
har Sønderskovhus ry.
Hvis du et knus, et kært tegn kan gi',
livskvalitet bli'r skabt af værdi,
du med et venligt sindelag,
skaber en dejlig dag.
3.
Glade vi møder op som gæst,
Sønderskovhus har kaldt til fest,
Alle bør her med liv og sjæl,
tage i festen del.
Hastig vi føler timerne går,
nu hvor i afskedsstunden vi står.
Vi med: "På gensyn" slutter af:
"Tak for en dejlig dag".
4.
År ´ne er gået, og gået godt.
Meget er ændret af stort og småt.
Samarbejdet er her ideel,
Frivillig ´ og personel.
Dette er kernen i husets succes,
og giver derfor et godt renommé.
Derfor er dagens kåring sket
ÅRETS LOKALITET

Kåring af "Årets lokalitet 2025" 4. september 2025

FOLKEHUSET LYSTRUP Sønderskovhus Caféen

DAMEFROKOST

Tirsdag den 28. okt. kl. 13:00

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

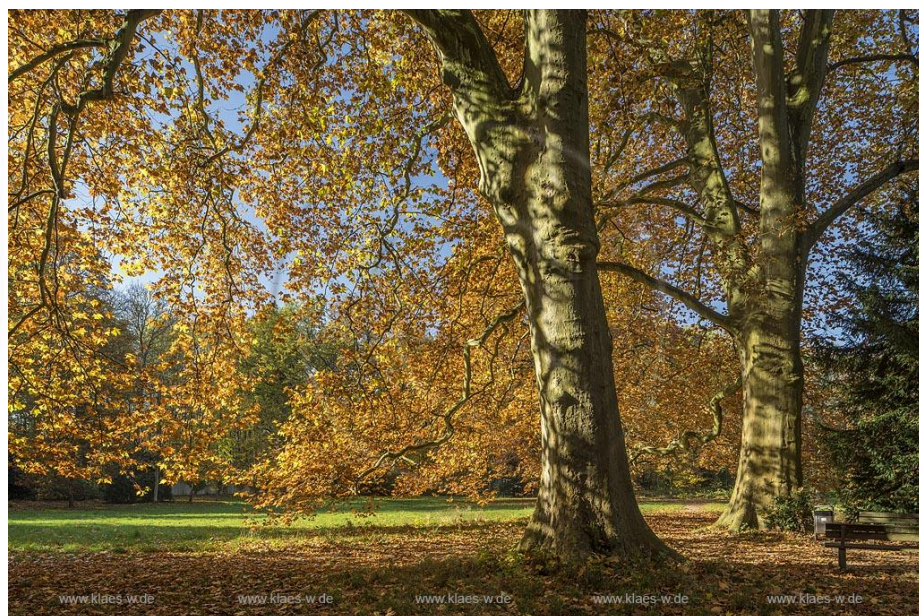
Tilmelding på opslagstavlen i caféen.

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:

Aspargessuppe med kødboller og flutes.
Kaffe og æblekage med flødeskum.

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



Fernisering i Caféen



Ved en lille fernisering i Caféen mandag den 15. sep. fik vi i Caféen nye flotte billeder at se på.
Karen Margrethe Quist viste sine flotte billeder frem og fortalte lidt om sig selv og om hvor hun henter sin inspiration fra.
Centerrådet var vært for et glas vin og lidt snacks.





KOM TIL

Halloween



Fredag den 31 oktober

kl. 11.30-13

vi servere Cremet græskarsuppe
med lækker tilbehør, græsk
yoghurt og hjemmebagt brød



pris 54 kr.
spis hvad du kan
Folkehuset Lystrup
Sønderskovhus café



ingen tilmelding





Førstehjælp til frivillig chauffører

Kommunen ønsker, at alle folkehusenes frivillige chauffører, med tiden får kendskab til førstehjælp. Derfor er Marianne Keiser, vores tilknyttede frivillig-konsulent, med til at arrangerer kurser i førstehjælp, som afholdes hvert andet år. Jeg og syv andre chauffører fra folkehusene her i Nord deltog i uge 37 i et 6-timers kursus, fordelt på to dage.



Underviseren på kurset var Kristian, som er uddannet politibetjent og brandmand og ansat i Beredskabsstyrelsen Østjylland.

På kurset lærte vi blandt andet om:

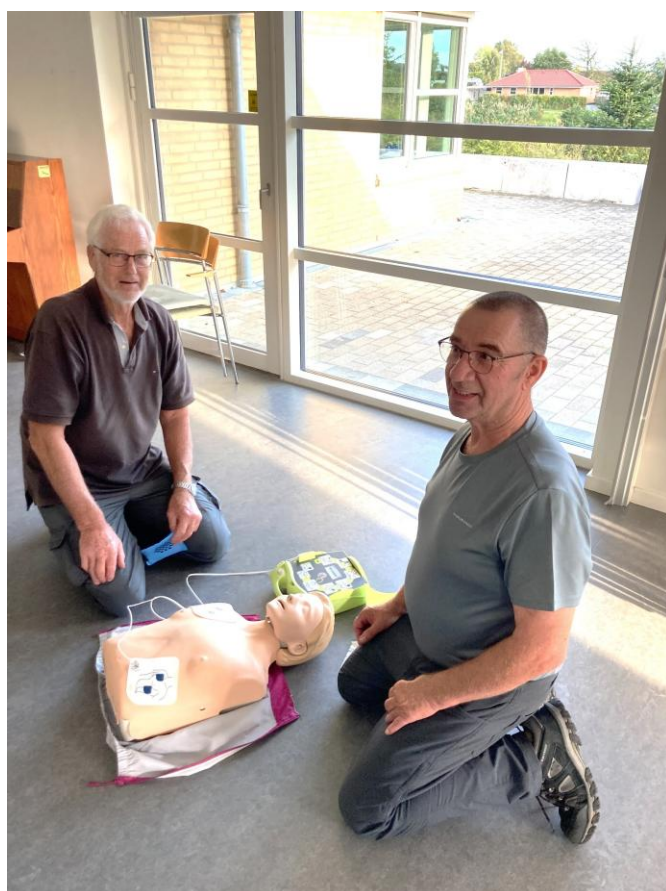
Hovedpunkterne i førstehjælp, Hvordan man giver hjerte-lunge-redning, Hvordan man lægger en person i stabilt sideleje, Brug af hjertestarter samt hvordan man fjerner fremmedlegemer i luftvejene.



Førstehjælp til frivillig chauffører

Kurset bestod af både teori og praktiske øvelser. Vi øvede på hinanden og på de specielle førstehjælpsdukker og hjertestartere, som Kristian medbragte. Kristian var en fantastisk instruktør og underviser og kurset var meget lærerigt. Nu føler jeg mig bedre forberedt på situationer, man selvfølgelig håber, aldrig opstår.

Hans Gissel



Ebeltoft Eblefestival

Onsdag den 15. okt. kl. 11:00

**Bustur fra
Folkehuset Lystrup**



Eblefestival

Se – Smag – Vær sammen

Vi kører til Ebeltoft æblefestival onsdag d.15/10 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.15/09 2025

Sidste tilmelding er onsdag d.8/10 kl. 19:00

Der kan købes klippe kort i cafeen (folkehuset Lystrup)

Pris for turen er 1 klip

Vi drikker Kaffe hos Ellens have cafe eller Strandvejens konditori

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

Stor hilsen aktivitetsudvalget

Min mail:Torben Christensen joto@c.dk



Fra busturen til Gjern- og Dollerup Bakker





Menuplan

Folkehuset Lystrup

Sønderskovhus Caféen



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

TELEFON: 87 13 89 55

CAFÉMENU

Oktober

FOLKEHUSET LYSTRUP

On	1	Stegt kylling a la orange med kartoffelmos og hvidkålssrårkost
To	2	Sennepskotelet med sauce og kartofler og syltet græskar
Fr	3	Mexico-marineret kam med krydderkartofler, sauce og årstidens grønt
Lø/Sø		Lukket
Ma	6	Kalkungryde med ris, ærter og majs
Ti	7	Blomkålsfrikadeller med sauce, kartofler og rødbedesalat
On	8	Stegt flæsk med persillesauce, kartofler og gulerodssrårkost
To	9	Dampet lyssej med hvidvinssauce, kartofler og smørdampet efterårsgrønt
Fr	10	Farseret porre med sauce, kartofler og hjemmesyltede rødbeder
Lø/Sø		Lukket
Ma	13	Frikadeller med sauce, kartofler og marineret rødbedesalat
Ti	14	Kokospaneret kylling med flødekartofler og salat med spidskål og æbler
On	15	Biksemad med bearnaisesauce og rødbeder

To	16	Fiskefilet med persillesauce, kartofler, gulerodsråkost og grov remulade og citron
Fr	17	Område Nord's gryde med kartoffelmos og syltede rødløg
Lø/Sø		Lukket
Ma	20	Kalkun Cordon Bleu med bearnaisesauce, kartofler og stegte rodfrugter
Ti	21	Fiskefrikadeller med persillesauce, kartofler og gulerodsråkost med æbler
On	22	Fylt peberfrugt med kartofler og kryddersauce
To	23	Suppedag: Minestroneuppe med hjemmebagt brød
Fr	24	Svensk pølseret med årstidens salt og brød
Lø/Sø		Lukket
Ma	27	Karbonader og stuvede grøntsager med pift af urter
Ti	28	Shepherds pie med stegte blomkål
On	29	Ribbensteg med sauce, kartofler og rødkål
To	30	Braiseret efterårsgryde med sæsons grøntsager og kartoffelmos
Fr	31	Cremeret græskarsuppe med lækker tilbehør, græsk yoghurt med hjemmebagt brød

Ret til ændringer forbeholdes

Caféen - Folkehuset Lystrup

Lystrup Centervej 78, 8520 Lystrup

Telefon: 87 13 89 55





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



Tag godt imod Louise



Louise som er startet i Café Sønderskovhus som fuldtidsansat her i sommers.

Hun er oprindelig uddannet som Social-og Sundhedsmed-hjælper, men valgte senere en ny uddannelse i "Smørrebrød og Catering", som hun færdiggjorde i 2024.

Jobopslaget fra Caféen passede som "fod i hose" set i forhold til arbejdsopgaver og arbejdstider. Hun "elsker" som hun siger, at lave god mad, faste rutiner, og den daglige kontakt med brugerne af Caféen har høj kurs.

Louise har et godt samarbejde med Sveta der har været ansat i mange år. De deles om opgaverne og skifter med rutinearbejdet mellem hinanden. Således bliver det aldrig kedeligt at gå på arbejde.



Tag godt imod Louise

Louise kender de lokale forhold, da hun er født og opvokset i Lystrup. Her bor hun i dag sammen med sin mand Yones og deres datter Sophia på 6 år.

Louise er fortrolig med Folkehuset, da hun som barn kom der jævnligt sammen med sin farmor og farfar. De brugte Folkehuset, og farfaren i øvrigt også frivillig.

Jeg oplever Louise som en smilende udadvendt person, som gerne vil hjælpe kunderne efter behov og har tid til en "hyggesnak" ved disken.

Over tid håber hun at blive ligeså efterspurgt som Betinna og Sveta af Caféens gæster.

De frivillige som hjælper til i ugens løb giver, som Louise udtrykker det "God Energi"

Tak for en god samtale i en rar atmosfære



FOLKEHUSET LYSTRUP
Sønderskovhus Caféen
CAFÉEN

MORTENS AFTEN MENU

Onsdag den 12/11 kl. 11.30 – 13:00



Menu: And med hvide og brune kartofler, sovs og rødkål.

Dessert: Risalamande med kirsebærsauce.

Musikalsk underholdning med Aage Jarl

PRIS 140,- kr.

Tilmelding og betaling i Caféen inden onsdag den 5/11

**OBS! DET ER IKKE MULIGT AT BESTILLE AND MED HJEM
(TAKE AWAY)**



Nyt fra Caféens Venner

FISKE TAPAS:

Jakob Clausen fra P. Clausens Fiskehandel var torsdag den 11. september på besøg i vores dejlige café.

Jacob fortalte om sin forretning, om sit liv som 5. generations indehaver af fiskeforretningen på haven i Århus.

Han gav os et indblik i de forskellige fisk der landes og handles i Danmark, og hans holdninger til opdrættet fisk.

Derudover fik vi mange gode anvisninger til tilberedning af de forskellige fisk. Jakob viste hvordan man fileterer, og hvordan vi fjerner ben fra bl.a. sild og makrel.

Efter det spændende foredrag fik vi serveret en meget lækker fiske tapas.

Cafeen havde bagt dejlig brød til os. 63 var mødt op til denne helt igennem dejlig aften.

Stor tak til Jakob Clausen og de frivillige for deres indsats.





Nyt fra Caféens Venner





Nyt fra Caféens Venner



FOLKEHUSET LYSTRUP

Sønderskovhus Caféen

CAFÉEN'S VENNER



Torsdag den 13. november kl. 18:00

Brock & Nørlund

Duoen spiller på guitar, keyboard, mandolin og bas og har fortrinsvist et instrumentalt repertoire, der kredser om Flemmings guitarspil. Musikken er mest velkendte og populære danske og udenlandske numre fra 70'erne og 80'erne men har afstikkere til de omkringliggende årtier. Blandt numrene er: Here Comes the Sun, Always on my Mind, Wonderful Tonight, Right Next to the Right One og Masser af Succes.

Som en del af arrangementet inviterer vi jer til en musikquiz om den musik, vi spiller. Sidste sæt slutter vi af med nogle numre fra den irske pub-kultur.

MENU: Grill kølle med flødekartofler og årstidens salat
Kaffe/te med småkager

Pris: 130,- kr.

Billetter kan købes i Caféen fra onsdag den 29. oktober
og frem til dagen før



Sponsoreret af Lions Club Lystrup





LystrupGutterne på tur

Så havde gutterne en skøn tur til Mols og Sletterhage fyr med stop og rundvisning på Andersen Winery i Knebel





LystrupGutterne på tur



FOLKEHUSET LYSTRUP
Sønderskovhus Caféen
AKTIVITETSUDVALGET



KOM TIL STORT

JULEMARKED

Lørdag den 22. november 2025
kl. 10-14:00

Der vil være amerikansk lotteri, boder med glas, træ, keramik, sten, strik, juledekorationer/kirkegårds dekorationer, jule ting, engle/juletræer, strik/hækle og kort/gaveæsker.

Derudover kan der købes gran og små juletræer uden for.

Caféen tilbyder:

Der vil være mulighed for at købe gløgg og æbleskiver hele dagen.

Suppe og høns i tarteletter til middag
fra kl. 11:30 – 13:00

Der er salg af frisk brød og kager



DIGITAL TRYGHED



Kom til møde i Caféen, hvor Østjyllands Politi
kommer forbi og fortæller om
Digital Tryghed.

Torsdag den 14. januar 2026 kl. 14.00

Der serveres kaffe og kage.

PRIS: 30,- kr.

**Billetter sælges i caféen fra
den 2. januar kl. 10:00**



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 6. oktober kl. 14.00

Kasper Ehlers, sanger, musiker og musik-
terapeut.

Mandag den 3. november kl. 14.00

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





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:

Kontaktpersoner: 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

Vibeke Duelund 29 87 50 17 vibeke@duen.dk

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.

Kvindegruppe 5 - Valmuerne:

Kontaktperson: Annette Mølgaard: 30 25 06 57 a.moelgaard@hotmail.com

Vi mødes kl. 10:00 den første tirsdag i hver måned.

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: Anette Skipper: 20 20 79 63 anetteskipper@hotmail.com

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 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 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

Der er ingen sang og musik på tværs i december.

Opstart 2026:

Mandag 12. jan. Kl. 14-16:00 uge 3

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**