

Skjalden

September
2020



Hjortshøj Lokalcenter

Aarhus Kommune
Område Nord:

Bjørnshøj
Rosenbakken

Hjortshøj
Skæring

Hørgården
Sønderskovhus

Skjaldens redaktion

Vagn Jensen,
Birgit Thyregod,
Villy Jensen



Deadline altid den 18. - kl. 18.

Læserbreve, artikler eller gode ideer til bladet kan sendes til:
Hjortshøj Lokalcenter, Hjortshøj Stationsvej 40, 8530 Hjortshøj.

Vigtigt; Alle er velkomne til at komme med indlæg.

Du kan skrive til e-mail adressen: skjaldenredaktion@live.dk
Skjalden udgives i et samarbejde mellem pensionistforeningen,
centerrådet og lokalcentret. Skjalden trykkes i 370 eksemplarer

Se evt. www.edbkaffestue.dk

Side	Indholdsfortegnelse
3	Røsten
4	Sundhedsenhed
5-6	Mandagstræf, Gudstjeneste, Senior- dans, Stolegymnastik, Fredagsbanko, Danseglad Nyt fra Centerrådet,
7-8	Pensionistbowling, Slægtsforskning, Mejlby Kvinde- gruppe, Mandeklubben, Nordlyset.
9-10	Søndagskaffe, Knipling, Krolf, EDB, Selvtræning, Hjortshøj Seniorkor, Pensionisfor. lotteri
11	Pens.foreningens Foredrag om Fuldmagt, Værgemål og Testamente.
12-13	Corona orientering fra område NORD Meddelelse fra Susanne Sejr
14	Fælleshus og café
15	Telefontavle
16	Oversigt over arrangementer

Røsten

September

Hvor har vi ventet på september.
Nu håber vi, man åbner vores Center,
for det er nu dejligt, når vi der kan mødes,
så er det li'som vores dag forsødes.
Men foreløbig må vi bare vente,
der er desværre alt for mange ubekendte.
Imens må vejret gerne slække lidt på varmen,
for ellers, husk med vand at bøje armen!

Ruth



Pensionskontoret

Pensionskontoret er lukket for personlig henvendelse.

Borgerne henvises til ”Udbetaling Danmark” på

tlf. nr. 70 12 80 61

angående udbetaling af pension,

- og på tlf. nr. 70 12 80 63

angående boligydelse.

På ww.aarhus.dk/folkepension findes information om folkepensionen.

Sådan kontakter du fremover Område Nord:

Sundhedsenheden

Telefontiden er kl. 8.00 - 15.00 på hverdage, og det direkte telefonnummer er 87 13 16 00.

Sundhedsklinikkens åbningstider i Hjortshøj Lokalcenter er:

tirsdag og fredag 11.00-13.00, samt efter aftale.

Klinikken finder du på stueetagens ”lange gang” på HLC.

Fra visitator til borgerkonsulent

Følgende kan oplyses vedr. de nu gældende visitationsregler:

Hvis man ikke allerede modtager hjælp og gerne vil i kontakt med visitationen, *ringer* man til visitationslinjen på

tlf. 87 13 16 00.

Hvis man allerede modtager

hjælp og gerne vil i kontakt med visitationen, ringer man på hver-

dage mellem kl. 8 og 15 til borgerkonsulenten i lokalområdet på

tlf. 87 13 16 00.

Mailadresser for område Nord

Hoved-mailadresse:

omraade-nord@mso.aarhus.dk

Hjemmesiden:

www.aarhus.dk/omraadenord

Områdechef Susanne Sejr:

suse@aarhus.dk

Viceområdechef

Vibeke Dahmen

vid@aarhus.dk

Hjemmeplejeleder

Trine Petersen

trpe@aarhus.dk

NB! Man kan ikke ringe direkte til administrationen, men skal nu benytte Linien's tlf.nr. 87131600

Mandagstræf

Her er så vores program for september, hvis coronaen vil.

Mandagstræf september 2020 kl. 13.30-15.15

14.9. De Glade Syngpiger:

Husker du "lørdagspigerne" fra radioen i 50'erne

Vi skal føle os unge igen og vi skal synge med på "hele ugen alene", "Vovsen i vinduet" og mange flere.

21.9. Lotte Printz:

Dans, dans, dans, dans - men bliv endelig siddende.

Dans som kunst- og kommunikationsform, som krigsførelse, som forførelse, som opdragelse, og som medicin.

28.9. Seniorshop:

Kommer med efterårs- og vintermoden, - og vore dejlige mannequiner vil vise os det ved en modeopvisning.

Vi håber lykken er med os, så vi kan starte (uden corona) den 14.9.2020 k. 13.30

Vi glæder os til at se jer igen.

Inge Lisbeth Sonja

Gudstjeneste på Lokalcentret

På grund af corona situationen er der ikke gudstjeneste på lokalcentret før der kommer nye retningslinjer for brug af lokaler på centeret.

Seniordans

Retningslinjer til seniordans:

Man skal danse alene eller med 2 meters afstand. Vi har meddelt FO at vi afventer og ser, hvad der sker.

Anny skal til møde i Senior-dansforeningen den 27. sept.

Hilsen

Lizza og Birgit



Stolegymnastik

Stolegymnastikken er aflyst indtil videre.

Hilsen

*Asta,
Annie og
Benny*



Fredagsbanko

Vi følger udviklingen og starter op, så snart der bliver givet grønt lys.

Kun adgang for medlemmer af pensionistforeningen.

Vel mødt!

Venlig hilsen Inger og Inger



Danseglad

Kære dansevenner

Livet er ikke let – det er der i øvrigt ingen der har lovet mig – og spådomme har det med ikke at gå i opfyldelse.

Så nu prøver vi at se frem til næste år. Lokalcentrene i Aarhus Nord er på vej til yderligere nedlukning. Så bestyrelsen er blevet enige om at næste danseaften bliver

29. januar 2021.

Så håber vi i den ene hånd og spytter i den anden.

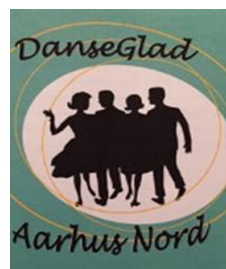
Julen nærmer sig og med mindre Julemanden bliver smittet med Corona tror jeg julen bli-

ver gennemført og lad os så håbe vi kan starte i det nye år. Jeg håber alle vil støtte op, med gå-på-mod i det kommende år.

P.b.v.

Og mange hilsener

Søren



Nyt fra Hjortshøj Centerråd

Det er ikke helt nemt at informere om udviklingen i corona smitten, og hvilken påvirkning det har på Hjortshøj lokalcenter, som jo ellers skulle åbne igen den 1. september med nogle restriktioner om hvor mange der må være i de forskellige lokaler.

Såfremt der åbnes som aftalt må der være:

Lokale 1: 19 personer. Selvtræner: 18 personer. Salen: 55 personer. EDB lokale: 12 personer.

Sådan ser det ud lige nu:

Ud af røret starter så småt op i løbet af september, med hensyn til de pålagte restriktioner.

Senior dans er ikke muligt lige nu, der er møde om dette hos FO men det forventes ikke startet før senere.

Stolegymnastik:

Der er ikke endnu sat dato på starten- Det forventes ikke at bliver før oktober, der skal jo gerne både kunne synges og trænes, så lige nu er der ingen som tør tage ansvar for opstart.

Åbningsfest:

I sidste nr. af Skjalden skrev jeg om en fest, den er indtil videre aflyst grundet person antal i salen, samt smittefaren ved et sådan arrangement, vi håber at det kan lykkes senere.

På centerrådets vegne Ib Andersen.



Pensionistbowling

Efter nedlukningen i marts, er der nu givet grønt lys fra bowlingcentret til at starte op igen i september.

For at få overblik over situationen, har vi derfor ringet rundt til medlemmerne, og spurgt om man var med på at starte op igen. Det ville alle undtaget en, og to ville tænke lidt mere over det. Derfor starter vi op hhv. 2. og 3. september.

I bowlingcentret er der sprit, og så det er derudover op til den enkelte at drage omsorg for at beskytte sig selv og andre, bl.a. at rengøre sine egne bowlingkugler, eller de kugler man tager fra centret. Det kan bowlingcentret ikke håndtere.

Mange hilsner fra bestyrelsen



Slægtsforskning

Jeg kontakter dem der går til slægtsforskning, personlig når vi må komme i medie rummet.
*Med venlig hilsen Kurt Gissel
Tlf. 71 70 13 12*

Mejlby kvindegruppe

Kvindegruppen har afholdt to arrangementer, i coronatiden. Den 11. juni, hvor vi inviterede til sammenkomst i spejderhusets have.

Her mødte 16 op, og vi hyggede med snak, kaffe og kage. Kunne rigtig mærke man havde behov for samvær.

Den 13. august var vi 9. Her besøgte vi Plantorama. Efter at have set på alle herlighederne samt fået handlet, fortsatte vi til Margeritten.

Her sad vi udenfor i skyggen. Der blev rigtig hygge snakket. Som situationen fortsat er, bliver næste sammenkomst d. 10. September også her i haven ved Spejderhuset.

Håber vejrguderne er med os, også denne dag.

Lisbeth Aagaard kommer og fortæller.

Vel mødt alle.

Vi passer selvfølgelig stadig på hinanden!

De fem tovholdere.

Kirsten, Else, Birgit, Helle og Kirsten.

Mandeklubben

Grundet den nye udvikling i corona smitten, må vi nok indstille os på, at det endnu ikke er forsvarligt at mødes.

I skrivende stund er det heller ikke klart, om lokalcenteret åbner som lovet til september.

I vil her i Skjalden blive in-formeret, lige så snart der er nyt fra direktionen om udviklingen. Jeg håber at der er positivt nyt i næste nr. af Skjalden.

Pas godt på jer selv så længe.

Hilsen Ib Andersen.

NORDLYSET 8530

Nordlyset gennemfører de planlagte arrangementer i løbet af efteråret.

Første gang er 26/8 kl. 10 i

Hårup forsamlingshus.

Tovholderne sørger for kaffe & brød, som koster 20 kr. pr "mand"

26/8: Lisbeth Aagaard kommer og fortæller.

30/9: Peter Christensen fra Skødstrup Lægepraksis.

28/10: "Handy Woman" fortæller om sit arbejde.

25/11:Julefrokost.

På glædelig gensyn!

De tre tovholdere

Venlig hilsen

Elisabeth Nielsen

Søndagskaffe

Søndagskaffen er aflyst indtil videre. Vi håber snarest at kunne starte igen.

Der vil komme opslag i

Cafeen, når vi starter.

Vi glæder os til at se jer igen.

Venlig hilsen

De frivillige



EDB opstart

Da coronaen ramte os blev alt aktivitet på centeret lukket.

Det blev derfor ikke muligt at afslutte sæsonen som vi plejer.

Vi fik derfor ikke aftalt en opstartsdato.

Jeg afventer nye retningslinjer fra Lokalcenteret og vil kontakte kursisterne når jeg ved mere.

Med venlig hilsen

Jens Jørgen Simonsen

Knipling

På grund af stigende corona-tal indenfor de seneste par uger, bliver der ingen knipling om onsdagen i september som planlagt.

Vi ser tiden an til oktober, hvor holdet vil høre nærmere. Håber Danmark får styr på situationen igen.

Hvis I har problemer og slet ikke kan vente med at komme igang, er I altid velkommen til at ringe og få råd, hvis jeg kan hjælpe.

Pas på jer

selv.

Inge



Krolf

Mød blot op på banen ved HLC hver tirsdag kl. 10.30.

Tilmelding er ikke nødvendig.

Medbring

venligst

håndspnit.

Kontaktperson

Doris Sørensen



Selvtræning

NATURMOTION.

Vi starter Naturmotion / uden-dørstræning på Lokalcenter Bjørnshøj, Trige

tirsdag d. 4. august 2020,
kl. 09.00 – 10.00.

Mødested parkeringspladsen ved lokalcentret.

Natur og udeliv giver mulighed for både at dyrke styrke- og balancetræning samtidig med, at det stimulerer sanserne. Vi tilpasser træningen, så alle kan være med.

Vi ses i det grønne

Hilsen Meta

Selvtræner instruktør og naturmotionsguide.

Tlf.: 2146 8289, e-mail:

metajohn@familie.tele.dk

Idrætsforeningen Selvtrænerfitness Område Nord

Bjørnshøj (Trige),

Sønderskovhus (Lystrup),

Rosenbakken (Skødstrup),

Hjortshøj,

Skæring,

Sølystskolen (Egå)

Tlf.: 3045 5466. e-mail:

juulconsult@post.tele.dk

Hjortshøj Seniorkor

Vi mødes hver onsdag klokken 13.30, og synger til klokken 15.

Vi synger dejlige danske sange fra den røde sangbog, og lette korarrangementer, som vores søde dirigent har omskrevet, så de lige passer til os.

Vi hygger os meget, og slutter af med at drikke kaffe sammen i cafeen.

Vi har altid plads til nye medlemmer, så hvis du har lyst til at synge i kor, så kom gerne og vær med.

Vi synger efter de retningslinjer som gælder for Lokalcentret.

P.s. Hvis vejret tillader det, synger vi udendørs d. 26.8.

På korets vegne, Connie

Pensionistforeningen, lotteri

Udtrukne nr. august 2020

Nr. 9 300 kr.

Nr. 10 200 kr.

Nr. 153 100 kr.

Nr. 25 100 kr.

Nr. 298 100 kr.

Har du vundet i dag?

Fuldmagter, Værgemål og Testamenter

(med forbehold for Coronaen)

Todbjerg /Mejlby og Hjortshøj Pensionistforening
inviterer til foredrag med advokat Simone Glavind

Torsdag den 8. oktober 2020 kl. 19.00

På Hjortshøj Lokalcenter

- Hvem skal styre mine pengesager, hvis jeg ikke selv kan?
- Hvem skal træffe beslutninger for mig, hvis jeg ikke selv kan?
- Hvilken pleje ønsker jeg, hvis jeg bliver ramt af demens?
- Hvem skal arve mig?
- Hvordan sikrer jeg mig bedst muligt, at mine ønsker bliver opfyldt.

Advokat Simone fra Univers advokater i Århus gør os klo-
gere

på de mange begreber og gør os bedre rustet til at besvare
de mange spørgsmål, vi bør stille os
selv, - i et sprog der
er til at forstå.

Pensionistforeningen er vært, så
foredrag og kaffe er gratis for alle.
Tilmelding er nødvendig af hensyn til
kaffen.



© Can Stock Photo - csp4342380

Tilmelding senest den 30. september 2020 til
Jette Pedersen: tlf.27119545, Mail: toje@mail.tele.dk

SÅDAN HOLDER DU AFSTAND I SUNDHED OG OMSORG

Plejhjem og hjemmepleje

*I hjemmeplejen gælder
afstandskravet mellem
medarbejder og borger.
Ikke mellem borger og
pårørende.*

Altid 2 meter



Mindre end 2 meter
Brug værnemidler



Øvrige aktiviteter

*Fx møder med borgere
(fx borgerkonferencer),
træningsaktiviteter, un-
dervisning*

Ansigt til ansigt

2 meter

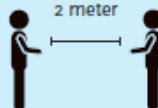


Ansigt bortvendt

1 meter



2 meter



1 meter



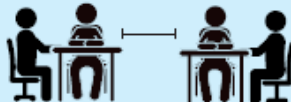
Kan du ikke holde
afstand?
Brug værnemidler



Caféer

*Erhvervsstyrelsens regler
gælder*

1 meter mellem
selskaber



Deltagermaksimum

*Udover afstandskrav er der grænser
for antal deltagere*

Arrangementer med borgere
Følger nationale forsamlingsforbud

Selvtræning
4 kvadratmeter pr person

Interne møder: Intet maksimum



Meddelelse fra Susanne Sejr, Områdechef, Område Nord

Kære alle

Det er med beklagelse, at jeg må orientere jer alle om, at vi ikke må genåbne Lokalcentreaktiviteter og selvtræning før **tidligst den 4. september**.

Det havde I måske gættet jf. de sidste dages presse herom. Smittetrykket er stadig så højt i Aarhus, at Styrelsen for Patientsikkerhed forlænger de aktuelle retningslinjer, herunder også fastholder den nuværende besøgsrestriktion på plejehjemmene i Aarhus Kommune.

Marianne Keiser sender samme information til alle tovholdere, men I må meget gerne være behjælpelige med informationen rundt omkring.

Jeg glæder mig utrolig meget til den dag, jeg kan sende information ud om at vi åbner igen – vi savner jer og livet på Lokalt-centrene.

Vi forventer at måtte invitere cafégæster ind igen i løbet af uge 35. Der følger nærmere herom først i uge 35.

Pas godt på dig selv og hinanden.

Med venlig hilsen

Susanne Sejr

Områdechef

Område Nord

Sommersmindevej 2, Egå

Aarhus Kommune

Mobil +45 24780102

suse@aarhus.dk



Udlejning af fælleshuset Sensommervej 85:

Ældreboligforeningens fælleshus er velegnet til familiefester, sammenkomster, møder og lignende.

Der er plads til 30 personer. Alt i service forefindes.

Pris pr. dag fra d. 1. april 2018:

Ældreboligforeningens medlemmer	250 kr.
Andre	550 kr.

*Henvendelse til Inge Kristensen
Sensommervej 47 tlf. 27 82 65 48*

Husk! Varm mad **udlevering slutter i cafeen kl. 13.**

Hilsen Kirsten og Vibeke

Husk vi har også **Take Away** i vores cafe:

Tunmoussé u/pynt (6 pers)	55 kr.
Spinatroulade m. laks (5 pers.)	50 kr.
Lasagne (4 personer)	60 kr.
Skinkestang m. Pikant ost (4 pers.)	60 kr.
Broccolitærte (4 pers.)	40 kr.
Kringle	40 kr.



Nb. Alle menuerne er hjemmelavede og frosne

Vejledning for tilberedning medfølger – vi tager også imod dankort

Nb. Nb. Hver dag friskbagt brød fra kl. 9

Hovednummer, sundhed & omsorg Område Nord Eller send en mail tl: omraade- nord@mso.aarhus.dk		87 13 16 00
Hjemmeplejen/rengøring	Teamled. + aften/ nattev.	87 13 29 00
Områdechef	Susanne Sejr	ring på hoved- nummer
Vice områdechef	Vibeke Dahmen	
Hjemmeplejeleder	Trine Petersen	
Forstander, boenheder	Nancy Skiffard	
Boligydelse	Udbetaling Danmark	70 12 80 63
Brandvæsenet	Akut hjælp efter kl. 15.00	86 12 10 21
Centerrådsformand	Ib Andersen mobil	21 63 76 68
Café	Hverdage fra kl.07.00 -13.00. Cafeen lukket lør. og søn.	87 13 89 58
Demenslinien	Tirsdage kl. 15.00 -16.00	86 78 24 20
Folkepension	Frederiks Alle 26.2 hverdage fra kl.09.00 -12.00	70 12 80 61
Forebyggelseskonsulent	Anne-Grethe Jakobsen	21 70 32 22
Frivilligkonsulent	Marianne Keiser mak@aarhus.dk	24 78 29 10
Hjemmeplejen Hverdage 8:00- 15:00	Lystrup, Trige, Risskov Skæring, Hjortshøj, Skød- strup	87 13 29 00
Besøgstjenesten	Lisbeth Aagaard	86 99 96 05
Lægevagten Akut sygdom	Mellem kl. 16.00 og 8.00 Egen læge kl.8.00 til16.00	70 11 31 31
Pedellen	Kim Olesen	87 13 89 07
Skadestuen (Ring først)		87 31 50 50
Pensionistforeningens formand	Leif Pedersen mobil	86 22 62 53 25 52 40 71
Sundhedslinien	Hverdage kl.08.00-15.00	87 13 16 00
Telebus	Handicapservice	87 40 83 00
Ældrerådet i Aarhus	Mandag fra 12.00 -13.00	86 14 07 47

Oversigt over arrangementer

Dato	Tid	Arrangement
4. aug.	09.00-10.00	Naturmotion, opstart, Trige LC
26. aug.	10.00-?	Nordlyset, Lisbeth Aagaard fortæller
2./3. sep.	Sædv. tid	Pensionistbowling starter
9. sep.	07.30- ?	Pens.for. tur til Sønderjylland
10. sep.	14.00-16.00	Mejlby kvindegruppe, Spejderhuset
14. sep.	13.30-15.15	Mandagstræf
21. sep.	13.30-15.15	Mandagstræf
30. sep.	10.00-?	Nordlyset, Peter Christensen, Skødstrup
8. okt.	19.00-?	Pensionistforeningens foredrag
28. okt.	10.00-?	Nordlyset, ”Handy woman”

