

Nyt fra Folkehuset Sabro

Nr. 01 Januar 2026 årgang 33

Velkommen



SABRO AKTIVITETS- og KULTURCENTER

Sabro Kirkevej 151, 8471 Sabro

Telefon 8713 4699

Hjemmeside: www.sabrobrugerraad.dk

Kolofon

Bladet ”Nyt fra Folkehuset Sabro” redigeres, trykkes og udsendes på vegne af Brugerrådet ved Folkehuset Sabro.

Bladet omdeles i området, til alle over 65 år samt førtidspensionister af et frivilligt omdelerkorps.

Bladet kan også afhentes i forhallen på Folkehuset Sabro.



Redaktion

Ansvarshavende redaktør: Flemming Krarup.

Næste nummer udkommer d. 1. april 2026

Indlæg til dette nummer sendes senest d. 15. marts 2026

til folkehusetsabro@sabrobrugerraad.dk

Redaktionen forbeholder sig ret til at ændre i det indsendte materiale.



Malehold 2, Paletten, kunst på væggene i salen !!

Husk du kan gå ind i den store sal og se nogle af de malerier, som er lavet af lokale kunstnere, som kort før jul har udstillet deres kunstværker, disse vil løbende blive udskiftet, forhåbentlig til glæde for brugere af salen og forbipasserende.

Alle er velkommen til at gå ind og se udstillingen, hvis salen er ledig.



Nyt fra Brugerrådet

Brugerrådet vil hermed ønske alle et rigtig godt nytår og sige tak for den store opbakning lokalsamfundet har givet arrangementerne på Folkehuset i 2025.

Vinteren har vi endnu ikke set meget til, men det kan jo nås endnu, men for hver dag bliver dagene længere og vi går mod lysere tider, hvor forårsbebuderne snart vil pible op af jorden.

Opbakningen til "Cafe Saugbro" har også været stor, især til cafeens spiseaftener, hvor der hver gang har været op til 100 besøgende. Rigtig flot. Der er i øjeblikket 3 spisegrupper, men flere er hjertelig velkomne.

Nu er tiden kommet til forandring. Jeg har efter moden overvejelse besluttet at forlade Brugerrådet på grund af manglende gnist og helbredsmæssige årsager, så der er brug for et eller flere nye medlemmer efter årsmøde og nytårskur.

Jeg vil gerne hermed takke af og sige tak for opbakningen fra de medlemmer af Brugerrådene, der har siddet siden 2016.

Meget er sket i årene og jeg har været glad for samarbejdet - både med Folkehuset og Magistraten for Sundhed og Omsorg. Mit samarbejde med frivilligkonsulent Ulla Bording Jørgensen har jeg været utrolig glad for.

Efter kommunalvalgets konstituering tiltræder en ny Rådmand for Sundhed og Omsorg og jeg håber at det nye Brugerråd vil få et godt samarbejde med den nye Rådmand.

Der sker også udskiftninger i redaktionen for Nyt fra Folkehuset, hvor John og Birthe Envoldsen har ønsket at stoppe som aktive redaktionsmedlemmer, men er dog behjælpelige som en slags konsulenter for Brugerrådet. Jeg vil også gerne her sige tak for samarbejdet. Jeg vil også gerne være behjælpelig med specifikke opgaver.

Jeg vil hermed ønske det nye Brugerråd al mulig held og lykke med fremtidens opgaver.

Venlig hilsen Flemming Krarup



FOLKEHUSET SABROS

Nytårskvær & ÅRSMØDE 2026

ALLE ER
VELKOMNE!

KOM TIL VORES HYGGELIGE ÅRSMØDE!

OPDAG:

HVAD KAN VI BRUGE
FOLKEHUSET TIL?
HVAD SKAL DER SKE I
2026?

Nyd en let og lækker
anretning med lette bobler
og folkehusøl til.

ENTREEN ER GRATIS

Tilmelding senest 21/1
i Café Saugbro kl. 9-14
eller på sms til 4185 7818

29 JANUAR KL 13-16

FOLKEHUSET SABRO

SABRO KIRKEVEJ 151, 8471 SABRO



Tilr
hvi

Hvorfor skal DU blive en del af Brugerrådet i Folkehuset Sabro?

**Bliv medskaber af dit lokale folkehus!
– Vær med til at forme aktiviteter, fællesskaber og hverdagen her i huset.**



**Har du gode idéer?
Brænder du for fællesskab og frivillighed?
Som medlem af rådet får du indflydelse på, hvordan Folkehuset Åbyhøj udvikler sig — fra nye arrangementer og aktiviteter til daglig trivsel og rammerne i huset.**

Hvad laver rådet?

Du bliver en del af et engageret fællesskab.
Rådet arbejder for at gøre Folkehuset Sabro levende og åbent for alle.

Vi mødes én gang om måneden og taler om:

- kommende arrangementer og aktiviteter
- samarbejde med frivillige og personale
- hvordan vi gør huset endnu mere imødekommende
- små og store forbedringer i hverdagen

Der er plads til både idéfolk, praktikere, planlæggere og hyggeambassadører.

Du bestemmer selv, hvor meget du vil bidrage — det vigtigste er engagementet.



Det får du ud af at være med

- ✓ Indflydelse på husets udvikling
- ✓ Nye relationer og samarbejde
- ✓ Indblik i lokalt fællesskabsarbejde
- ✓ Glæden ved at gøre en forskel

Vil du være med?

Kom til årsmødet i Folkehuset Sabro torsdag den 29. januar kl. 13.

Eller kontakt rådsformand Flemming Krarup på

☎ tlf. 29 64 40 76 ✉ krarup1003@mail.dk

📍 Folkehuset Sabro, Sabro kirkevej 151, 8471 Sabro

Navn og tlf. nr. på kontaktpersoner

| | | |
|-----------------------------------|---------------------------------|-----------|
| Arrangementsudvalg | Brugerrådet–Pernille Slavensky | 4018 8094 |
| Blomsterbinding | Marianne Udengaard | 4063 8913 |
| Brugerråd | Flemming Krarup | 2964 4076 |
| Gymnastik | Lis Jensen | 2398 1009 |
| Klassisk musik | Jens Rasmussen | 2537 5446 |
| Knipling | Lis Dyhrberg | 3062 4379 |
| Kortspil | Iver Klausen | 2149 7862 |
| Senior Motion | Flemming Elley | 3062 1203 |
| Krolf | Vagn Hansen | 2014 2218 |
| Malehold 1 | Alice Jespersen | 2245 6290 |
| Pensionistforening | Lisa Sørensen | 2231 2570 |
| Petanque | Inger Sørensen | 2661 1746 |
| Malehold 2, Paletten | Marianne Pagh | 2484 7146 |
| Sabro Senior Fitness | Kontakt instruktør Inge Skriver | 4030 5049 |
| Sabro Senior Fitness | Formand John Envoldsen | 4047 1952 |
| Strikkeklubben Mønsterbryderne | Hanne Larsen | 2870 9141 |
| Træværksted | Mads Gøgsig | 2452 2145 |
| Yoga | Jette Gram Sørensen | 2131 2293 |
| Bowling | Svend Erik Dahl | 2757 8805 |

Aktivitetsoversigt

Brugerstyrede aktiviteter

Januar

Februar

Marts



*Nu skal det være!
Jeg rejser mig fra
stolen og ta'r hen
på Folkehuset Sabro*

MANDAG

| Klokkeslet | Aktivitet | Leder(e) | Lokale |
|-------------|-----------------|--------------|----------------|
| Efter behov | Træværksted | Mads Gøgsig | Træværksted |
| 09.30-11.00 | Gymnastik | FO | Store sal |
| 13.30-??? | Mønsterbryderne | Hanne Larsen | Aktivitetsgang |
| | | | |

TIRSDAG

| Klokkeslet | Aktivitet | Leder(e) | Lokale |
|--------------------------------|-------------|--------------|----------------|
| Efter behov | Træværksted | Mads Gøgsig | Træværksted |
| 10.00-12.00 | Knipling | Lis Dyhrberg | Aktivitetsgang |
| | | | |
| 19.00-23.00 2.tirsdag.i md. | Whist | Iver Klausen | Aktivitetsgang |

Folkehusets arrangementer omtales inde i bladet

ONSDAG

| Klokkeslæt | Aktivitet | Leder(e) | Lokale |
|-------------------|------------------|---------------------|-------------------|
| Efter behov | Træværksted | Mads Gøgsig | Træværksted |
| 09.30-11.00 | Yoga | Jette Gram Sørensen | Den store sal |
| 10.00-12.00 | Krolf | Vagn Hansen | Ude/inde |
| 11.00-12.00 | Senior Motion | Flemming Elley | Fitnesslokalet |
| 13.00-14.00 | Bowling | Svend Erik Dahl | Inside Hammel |
| 15.00-17.45 | Klassisk musik | Jens Rasmussen | Aktivitetslokalet |

TORS DAG

| | | | |
|--------------------------------------|-----------------|--------------------------|-------------------|
| Efter behov | Træværksted | Mads Gøgsig | Træværksted |
| 10.00-11.30 | Stolegymnastik | | Aktivitetsgang |
| 13.00-15.00 Torsdage i ulige uger | Blomsterbinding | Marianne Udengaard | Aktivitetslokalet |
| 13.30 1. torsdag i md. | Banko | Pensionistforening | Store sal |
| Oftest sidste torsdag i md. | Arrangementer | Arrangements udvalget | Store sal |
| 16.00-21.30 3. torsdag i md. | Malehold - 1 | Alice Jespersen | Aktivitetsgang |
| 16.00-21.30 2.. torsdag i md. | Malehold - 2 | Marianne Pagh | Aktivitetsgang |

FREDA G

| | | | |
|-------------|-------------|-------------|-------------|
| Efter behov | Træværksted | Mads Gøgsig | Træværksted |
| 09.00-10.30 | Gymnastik | Lis Jensen | Store sal |

Folkehusets arrangementer omtales inde i bladet

Aktivitetskalender

Aktiviteterne på Folkehuset Sabro er åbne for alle

Januar

| | | |
|------------|---------------|--|
| 05 januar | 12:00 | Spiseklub hold 2 |
| 07. januar | 12:00 | Spiseklub hold 1 |
| 14. januar | 14.30 | Gudstjeneste på Folkehuset, med hygge og gratis kaffebord. |
| 27. januar | 12:00 | Spiseklub 3 |
| 29. januar | 13:00 – 16:00 | Årsmøde - Nytårskur |

Februar

| | | |
|-------------|-------------|--|
| 02. februar | 12:00 | Spiseklub hold 2 |
| 04. februar | 12:00 | Spiseklub hold 1 |
| 04. februar | 15:00 | Filmklub ”Brøndgraverens datter” |
| 05. februar | 18:00 | Fællesspisning Café Saugbro |
| 18. februar | 14.30 | Gudstjeneste på Folkehuset, med hygge og gratis kaffebord. |
| 18. februar | 12:00 | Spiseklub hold 1 |
| 18. februar | 15.00 | FilmKlub ”Sidste nat med kliquen” |
| 26. februar | 14:00-16:00 | ”Rakkere og Natmandsfolk” foredrag |

Marts

| | | |
|-----------|-------|-----------------------|
| 02. marts | 12:00 | Spiseklub hold 2 |
| 04. marts | 12:00 | Spiseklub hold 1 |
| 04. marts | 15:00 | Filmklub ”Lærerinden” |

| | | |
|-----------|-------------|--|
| 05. marts | 18:00 | Fællesspisning Café Saugbro |
| 18. marts | 12:00 | Spiseklub hold 1 |
| | 14:30 | Gudstjeneste på Folkehuset, med hygge og gratis kaffebord. |
| 18. marts | 15.00 | Filmklub ”De 8 bjerge” |
| 26. marts | 14.00-16:00 | Det moderne Grønland, foredrag |

Søg - og du skal finde!

Ovenstående skema viser kun et mindre udvalg af de mange øvrige aktiviteter, der foregår på Folkehus Sabro.

Folkehuset har en selvstændig ”hjemmeside”, som søger at være aktuel og opdateret.

Du kan søge/google siden ved at skrive **sabro brugerråd** i søgefeltet og i resultatet **sabrobrugerraad.dk** vælg **forside**.

Siden kan vælges til at være ”Udvalgt/Foretrukken/Favorit helt afhængig af valgte søgemaskine.

Under billedet af Folkehus Sabro er der en række knapper, der hver især giver forskellige muligheder: tryk tasten ”Aktiviteterne i huset” og du får nu på månedsbasis en oversigt over samtlige aktiviteter, der afvikles i en måned.

Tryk på de forskellige taster og se hvad der sker – vil du tilbage til forsiden, tryk tasten **Forside**.

Sabro Biblioteks Venner

Med håbet om at alle har haft en god og glædesfyldt jul og derefter er kommet godt ind i 2026, er vi i **Sabro Bibliotekets Venner** klar med nye tiltag og arrangementer i det nye år.

Vi glæder os til at byde den nye kulturrådmand Jesper Kjeldsen velkommen og håber på fortsat godt samarbejde.

Der er følgende arrangementer planlagt:

Strikkecafeer onsdagene 28. januar, 25. februar og 25. marts, hver gang kl. 19 til ca. kl. 21.

Ordbanko sammen med og på Folkehuset:

torsdag 22. januar hver gang kl. 14 i Folkehuset.

torsdag 19. februar hver gang kl. 14 i Folkehuset.

torsdag 19. marts hver gang kl. 14 i Folkehuset.

I ordbanko gælder det om at få række og siden fuld plade med ord i stedet for tal, som i det vanlige bankospil.

Og hvad er det så for ord. Det er ord, der er i den tekst, der læses op, og som man så krydser af efterhånden som de dukker i teksten. Efter ordbanko er der kaffe, te og kage, pris 30,-.

Pandekagedag:

Bibliotekar Nadia Larsen sørger med hjælp fra bibliotekets venner for at alle pandekageelskere kan få pandekager på biblioteket lørdag den 31. januar fra kl. 10.30 (biblioteket åbner som vanligt kl. 10, pandekagerne er klar til spisning fra kl. 10.30).

I forårssemestret er der meget undtagelsesvist desværre ikke offentlige foredrag. Foredragene kommer igen til efterårssemestret.

Det er dog glædelige begivenheder, der er ”kommet på tværs” idet barselsorlov for de 2 medhjælpere er forklaringen.

Eshøjhusets Venner takker for god interesse for foreningen, Borum Eshøj og Eshøjhuset i 2025.

Vi indbyder til den **årlige generalforsamling**

tirsdag den 24. marts 2026 kl. 19:00 på Sabro-Korsvejskolen med

dagsorden ifølge vedtægterne.

Vi er klar til forårs- og sommersæsonen, når vi igen åbner Eshøjhuset Valborgaften 30. april 2026.

Sabro Lokalhistorisk Samling

Ved du, at der er et godt og velfungerende lokalarkiv i Sabro!

Vi er pt. 4 personer, der har overtaget opgaven efter tidligere arkivleder Vagn Bødker og vi er godt i gang med at modernisere arkivet og få tingene registreret elektronisk.

Det er en stor opgave, der på sigt giver et meget lettere overblik over hvad vi har på arkivet.

Vi kan godt bruge nogle flere personer, der har interesse i lokalhistorien for vores område, der dækker Kvottrup, Mundelstrup, Mundelstrup Stationsby, Fårup og Sabro.

Der behøves ingen særlig baggrund, blot at man er interesseret i at hjælpe med at sikre vores lokale historie.

Arkivet har åbent hver anden torsdag, som også er vores faste mødeaftener på arkivet fra kl. 19:00 til 21:30 i lige uger og yderligere hver anden onsdag 17:00-18:00 i de ulige uger.

Men da vi bor i kælderen på Sabro Korsvejskolen, og dermed ikke

har direkte adgang, skal man ringe for aftale og adgang på 91 11 38 25 eller 20 30 75 66

Arkivleder Kim Ole Larsen

DET ER ALDRIG FOR SENT!

FO, Ud af Røret, **Gymnastik** på Folkehus Sabro starter 5 januar 2026.

Mandage 9:30-11:00

Fredage 9:00-10:30

Undervisningen forestås på mandage af Danse- og gymnastikinstruktør

Piaanette Johansson Al Asadi, og på fredage af Gymnastik- og afspændings pædagog Helle Gadegaard.

Vi bevæger hver gang hele kroppen igennem til skøn musik, med dejlige dynamiske øvelser, der strækker, løsner og styrker kroppen.

Der er stadig plads til flere på holdet, så mød bare op.



Prisen er 525 kr. for en ½ sæson.

Betaling foregår via FO, under ” Ud af røret”. Prisen inkluderer også deltagelse i siddende motion mandag og seniordans tirsdag, hvis det skulle have interesse. Sabro hold nr. 22-580.

Lis Jensen

2398 1009

TrygTræningAarhus og Sabro Idrætsforening tilbyder

Vil du gerne i gang med at træne – men har svært ved at komme i gang på grund af skavanker, kronisk sygdom eller følger efter skade og er du 65+? Så kan du deltage på et TrygTræningAarhus hold i Sabro IF. Holdet bliver ledet af en fysioterapeut, der planlægger træningen, så der bliver taget individuelle hensyn til jeres fysiske form.

Du kan finde flere oplysninger om projektet på :

<https://www.dgi.dk/nyheder/trygtraeningaarhus>

I Sabro kan du være med fra den 7. januar 2026 om onsdagen kl 9.15 – 10.15 med mulighed for kaffe efter træningen. Du kan tilmelde dig til Ella på telefon 42804216



YIN YOGA MED JANA

Begynder d. 07. januar 2026 kl. 9.30

Yoga i Sabro Folkehus ledes af Jana Due Nielsen. Jana er ergoterapeut, sundhedsrådgiver og lærer i Yin Yoga. Fokus i Yin Yoga er på bindevævet, som stimuleres via rolige, pulserende bevægelser og dybe stræk, mens musklerne og sindet får mulighed for at give slip på eventuelle spændinger. Stillingerne foregår liggende og siddende på en yogamåtte. I alle timer arbejdes der også med vejrtrækning, og der afsluttes altid med dyb afspænding.

Yin Yoga er en meditativ og mindfuld form for yoga, som er velegnet for de fleste – uanset alder eller fysisk form. Der er opmærksomhed på den enkelte og forslag til alternative øvelser, hvis din krop har brug for det.

Vi er fortsat en del af projekt "Ud af Røret", som er et samarbejde mellem FO og Aarhus Kommune. Vi mødes hver onsdag mellem 9.30 og 11.00. Vi følger folkeskolernes ferieplan og mødes derfor ca. 42 gange. Prisen er i år 1095 kr. for hele året. Du kan oven i købet gå til gymnastik og musik for de samme penge.

Vi har været mange på holdet i år, men der er plads til flere, både mænd og kvinder. **Vi er vilde med det! Måske er det også noget for dig!**

Vil du vide mere, er du velkommen til at kontakte undertegnede, eller møde op til en uforpligtende prøvegang.

Jette Gram Sørensen 2131 2293

ONSDAG 21.1. KL 15



FOLKEHUSETS
ESTD 2024
FILM KLUB

FOLKEHUSET SABRO
FÆLLESSKABER OG GODE OPLEVELSER LOKALT

GRATIS FILM

KAFFE OG KAGE 30 kr