

Du kan møde os

mandag til fredag kl. 10-12
i kælderen, Trige Parkvej 33



Projektleder

Helle L. Jørgensen

helle@trigeparken.dk

Mobil 9136 5602



Beskæftigelses- og uddannelsesvejleder

Mads Hjortnæs

hjma@aarhus.dk

Mobil 4185 6462



Børn-, unge- og familiemedarbejder

Henriette W. Nielsen

henriettehelhedsplan@gmail.com

Mobil 5269 8632



Social vicevært

Thomas W. Holleufer

thomastrigeparken@gmail.com

Mobil 5033 1707

Hvad sker der i Trigeparken i oktober og november 2017?



helhedsplanen
Trigeparken

Følg os

www.facebook.com/trivselitrigeparken

www.8380.dk – har du idéer til input? Så kom forbi kontoret eller kontakt os!

Hvad sker der i Trigeparken i oktober og september?



Café Spisestuen i Beboerhuset Oasen

Café Spisestuen indbyder til aftenmad torsdage i lige uger kl. 17.00-19.00:

5. oktober: Forloren hare med vildtsovs og kartofler + Budding med saftsovs

19. oktober: Mørbradbøf á la creme med kartofler og mormorsalat + citronfromage

2. november: Gl.dags oksesteg med kartofler og skysovs + Ananas med makronfløde

16. november: Ristaffel med kylling og diverse + Frugter med råcreme

30. november: Julemiddag: Flæskesteg med kartofler og sovs + Appelsinris

7. december kl. 12: Julefrokost OBS 40 kr.

Hovedret 35 kr., dessert 10 kr., børn halv pris, sodavand 5 kr. og gratis kaffe efter maden

Tilmelding hos Bodil på 4085 5079 senest dagen før. Vær opmærksom på, at vi sælger maden efter først-til-mølle-princippet. Café Spisestuen kan max. have 50 spisende gæster. Ret til ændringer forbeholdes.

Sundhedscafé i Beboerhuset Oasen

Torsdag d. 5. oktober og 2., 16. og 30. november – alle dage kl. 14.30-16.30:

Få gratis vejledning om dit helbred, sundhed og trivsel. Find vej til sundhedstilbud og aktiviteter i Trige. Du kan også få målt blodtryk og blodsukker. Alle er velkomne.

Mødestedet i Oasen – det er gratis!

Mødestedet er en god snak, en frisk kop kaffe, lidt lækkert at spise – og så inviterer vi også spændende gæster, så du kan få lidt 'ekstra' med hjem 😊

Torsdag d. 11. oktober kl. 14-16: Du er inviteret til valgsnak i forbindelse med kommunalvalget. Byråds kandidaterne Jakob Søgaard Clausen(DF), Ali Aminali(C) og Lone Hindø(S) lægger vejen til en god snak om visionerne for Århus – der er kaffe på kanden og lidt lækkert at spise.

Torsdag d. 26. oktober kl. 14-16: Kom og bliv screenet for Tuberkulose – det er gratis. Du kan også få en god kop kaffe, lidt lækkert at spise.

Torsdag d. 9. november kl. 14-16: Der er kaffe, lidt at spise – og så kan du møde fysioterapeut Lars Pedersen fra Aarhus Kommune. Bliv gratis screenet for Tuberkulose.

Torsdag d. 23. november kl. 14-16: Kom og hyg med en kop kaffe og lidt lækkert at spise. Varmemester Tonny Nielsen kommer og lærer os at spare penge på varmeregningen lige her inden vinterkulden!

Søndagskaffe ved basketballbanen på Trige Centervej

Søndag d. 15. oktober kl. 14.00-15.30:

Kom og drik en kop kaffe og nyd et stykke kage. Det er gratis og alle er velkomne. Vi satser på, at der stadig er skøn efterårssol på denne søndag midt i oktober.

Faste tilbud HVER måned

| Mandag | Tirsdag | Onsdag | Torsdag |
|--|---------|--|--|
| Sidste mandag i måneden: Åbent hus med sundhedsplejersken kl. 10-12 Beboerhuset Oasen | | Lektier + leg kl. 16-18 Beboerhuset Oasen Kontakt Henriette | Sundhedscafé i lige uger kl. 14.30-16.30 Beboerhuset Oasen |
| Børnegruppe i Trige Øvrige mandage kl. 10-12 Beboerhuset Oasen Kontakt Henriette | | Mænds Mødested i lige uger kl. 19 Trige Parkvej 13, kælderens Kontakt Martin på 5183 6452 | Café Spisestuen i lige uger: Aftenmad kl. 17-19 Beboerhuset Oasen |
| Kvindeklub 4. mandag i måneden kl. 17-20 Trige Centervej 52, kælderens Kontakt Henriette | | MandeMad Sidste onsdag i hver måned kl. 18-21 Beboerhuset Oasen Kontakt Tommy på 6018 7898 | Mødestedet i ulige uger Hygge og aktiviteter kl. 14-16 Beboerhuset Oasen Kontakt Henriette |

Sæt X i kalenderen! Kom til LYSFEST v/ Oasen torsdag d. 23. november kl. 16.30-18.30. Som sidste år fejrer vi lyset midt i mørket og sender lanterner mod aftenhimlen. For alle og gratis!