

Vapnågaard^{ny}nyt

Juni 2023 | 53. årgang | Nr. 2



Kun
for
børn

Vapnagaard Nyt udkommer fire gange om året: 10. marts, 10. juni, 1. oktober og 1. december

ADRESSE
Driftskontor Vapnagaard
Drift 1
Hovmarken 7
3000 Helsingør

UDGIVER
Fællesbestyrelsen på
Vapnagaard

ANSVARSHAVENDE
Anje Holmstad
Tlf. 6131 4095

REDAKTION & LAYOUT
Berit Vedelsby (bve)
bve@boliggaarden.dk
Tlf. 4925 2627

INDHOLD
Kom meget gerne med forslag til artikler, ideer til indhold, tips om arrangementer, navne, ris og ros, og hvad du ellers har på hjerte – send en mail til bve@boliggaarden.dk eller læg en besked til Vapnagaard Nyt på Driftskontoret

Vapnagaard Nyt optager ikke kommercielle annoncer, men bringer gerne omtale af social, kulturel og foreningsmæssig karakter

FEJL I BLADET
Send en mail med rettelser til drift1@boliggaarden.dk

DISTRIBUTION
Vapnagaard Nyt uddeles til beboerne på Vapnagaard af områdebestyrelserne

Modtager du ikke bladet, skal du henvende dig til din områdeformand

TRYK
RedHill

Forsidefoto:
BVE/Trelleborghaven



4



Sommeren er over os og snart bliver der grillet, leget og luget ukrudt rundt omkring i Vapnagaard. I dette nummer kan du læse om, hvordan vi alle sammen kan passe godt på boligområdet og på pengene ved at affaldssortere korrekt. Du kan også læse om en aktiv fællesbestyrelse og om de mange sommeraktiviteter, bl.a. bydelsfesten, hvor Vapnagaard inviterer 'indenfor'.

Sommerhilsner fra Berit, redaktør på Vapnagaard Nyt 



TEKST: BVE | FOTOS: NS



Ventilationskanalen der blev til kunst

Driftsleder Nicolai Stubtoft havde i pinsen inviteret kunstneren Tom Steffe, der tidligere har boet i Vapnagaard, og hans kæreste Maya til at skabe et farverigt maleri på den kedelige grå ventilationskanal ved Servicecentret. Den charmerende udsmykning er inspireret af de gamle avis-kiosker i København. De forskellige motiver fortæller en positiv historie om Vapnagaards levende og aktive miljø til alle dem, der dagligt går forbi. Kom selv og se det færdige kunstværk.

Sortér dit affald – også haveaffald

Haveaffald skal bundtes eller puttes i papirposer. Er der plast i haveaffaldet, betegnes det som ikke-sorteret, og det koster.

Solen skinner, og arbejdet i haverne til Vapnagaards stuelejligheder og i nyttehaverne fører til store mængder haveaffald i containergården: blade, græs, planter og grene.

Driften oplever desværre, at nogle beboere putter deres haveaffald i plastposer. Det er *ikke* den rigtige måde at sortere på.

Haveaffald skal enten bundtes eller puttes i papirposer, som du kan købe i et byggemarked.

Putter du alligevel haveaffald i plastposer, skal du tømme dem i containeren til haveaffald i containergården – og tage plastposen med og lægge den i en affaldsstander til plast.

Det er vigtigt, at der ikke blandes andre typer affald i haveaffaldet. Hvis der ligger plastposer i haveaffaldet, bliver det betegnet som ikke-sorteret. Det er i sidste ende alle beboere, der må betale den ekstra regning.

Mange andre helsingoranere skal køre langt for at komme af med deres haveaffald, farligt affald og storskrald. Vi er heldige, at vi kan komme af med det hele her i Vapnagaard.

Om haveaffald

Haveaffald er blade, græs, planter og grene – ikke fliser. Det skal bundtes eller puttes i papirposer – ikke plastposer.

UNDTAGELSER

Har du en god undskyldning? Måske kan du slippe for at sortere affald, hvis ...



... du er imod alt, der er godt for miljøet.



... du synes det er helt til grin at sortere affald.



... du har bedre ting at tænke på end makrelåser og æggebakker.



... du gør så meget andet vigtigt.



... du synes det virker uoverskueligt og gider ikke at spørge om hjælp.



... det påvirker dit nervesystem, når de andre sorterer forkert.



... du kender en ejendomsfunktionær.



... du smider alt i den samme container. Du har penge nok og mon ikke naboerne klarer en lille huslejeforhøjelse?

(Beklager folkens, der er ingen undtagelser. Alle husstande i Helsingør Kommune sorterer affald)

Jeg prøver bare at holde det lidt pænt

Steen modtager beboerbuketten på grund af sin kæmpe indsats i Trelleborghaven.

Jeg synes, at Steen Nielsen fra Hørsdammen fortjener beboerbuketten for sit store frivillige arbejde i Trelleborghaven. Uden hans indsats ville haven ikke fremstå så pæn og ordentlig, som den gør, skrev Lone Schmidt i sin begrundelse. Fra vores køkkenvindue kan jeg se, hvordan folk stopper op og beundrer haven. Det er Steens fortjeneste.

Vapnagaard Nyt er på pletten denne solrige eftermiddag i Trelleborghaven, hvor der er sat kølige vinflasker frem i dagens anledning. Steen tror, han skal til et af de sædvanlige møder i haven og er ikke overrasket over alle de medlemmer, der er dukket op. Det er først da Lone slår på glasset og buketten kommer frem, at han forstår, at det er ham, det handler om.

– Steen, du gør Vapnagaard til et bedre sted at bo, siger Lone. – Du er så aktiv her i vores lille oase. Du slår græsset og klipper kanterne. Du bygger ting af genbrugsmaterialer. Du maler træværket, når det trænger. Du henter jord og kører haveaffald på genbrugspladsen. Det er på grund af dig, at Trelleborghaven er så flot, som den er. Derfor skal du selvfølgelig have beboerbuketten, slutter hun smilende.

Der bliver klappet og skålet. Steen står med buketten i favnen og ser genert rundt. Vapnagaard Nyts udsendte joker lidt med, at han ser ud til at være helt vild med at blive fotograferet. – Nej, ikke rigtigt, siger han, og alle griner.

Steen er ikke håndværkeruddannet, men kan 'lidt af hvert', fortæller han senere. – Jeg har sejlet i mange år, og der måtte vi jo klare os med det, vi havde, fortæller han. – Man kan jo ikke ringe efter Falck midt ude på havet, vel? Jeg var *tømmermand*, siger han



Trelleborghaven

Trelleborghaven blev indviet i juli 2016. Den drives af frivillige beboere. Medlemmerne passer haven i fællesskab, og det er dem, der høster havens grøntsager og blomster.

Vapnagaard har endnu en nyttehave, der ligger ved Hestens Bakke. Haven har plads til flere aktive medlemmer. Alle er velkomne. Kontakt formand Helle Boesen på tlf. 2927 9681 eller heboesen@gmail.com

Hvem gør Vapnagaard til et godt sted at bo?

Skriv navnet på din kandidat og hvorfor du synes, at han/hun fortjener beboerbuketten. Send en mail til formand Anje Holmstad eller din områdeformand. Find alle mailadresser bagerst i bladet.



Steens store arbejde med at få Trelleborghaven til at fremstå hyggelig og velholdt er værdsat af de andre medlemmer. De var mødt op for at sige tak, som du kan se på bladets forsidefoto.

og kan se, at det åbenbart kræver en forklaring: – Sådan en, der laver det praktiske arbejde på skibene, ikke?

– Det her er jo godt nok en naturhave, siger Steen. – Men derfor kan her jo godt se lidt pænt ud. Jeg prøver bare at holde det lidt pænt.

Det er en meget beskeden fremstilling fra hovedpersonen selv. Ud over at lave det 'almindelige' havearbejde har han selvstændigt bygget havens to fine drivhuse, kompostbeholderen, alle højbedene og sågar havemøblerne.

– Når jeg ser Steen arbejde i haven, får jeg lyst til selv at gå herved, fortæller Lone. – Han virker altid så rolig, uanset om han kommer cyklende med en tung anhænger eller er ved at pudse ovnen op. Han er den stille type, der får en masse gode ting til at ske.

Du kan jo selv lægge vejen forbi haven, næste gang du går en tur.

Driften



Driftssekretær Agnieszka med sin nærmeste kollega Philip i baggrunden.

Velkommen til Agnieszka

Driftskontorets nye sekretær, Agnieszka, glæder sig over den varme modtagelse, beboerne har givet hende.

Agnieszka Skovgaard Frederiksen startede som driftssekretær den 1. april. Hun kommer fra en stilling som pædagogisk medarbejder på et opholdssted og dagskole for børn og unge med forskellige udfordringer.

– Jeg kan lide at arbejde med mennesker men havde alligevel lyst til et karriereskifte. Jeg har nemlig altid gerne ville arbejde administrativt, fortæller hun. – Jeg har tidligere været ansat i hjemmeplejen, hvor jeg prøvede kræfter med journalhåndtering og dokumentation, og det var lige mig.

Som driftssekretær midt i Vapnagaard kombinerer Agnieszka netop det administrative, som hun har drømt om at arbejde med, med den menneskelige kontakt, som hun har stor erfaring med. Hun gør sig umage med at levere en god beboerservice, siger hun, og det ser ud til at virke:

– Jeg kan mærke, at beboerne er glade for at blive taget godt imod her på driftskontoret. Der er flere, der er søde at sige, at jeg er god at snakke med, og 'tak fordi du lyttede' og den slags. Det bliver jeg rigtig glad for, at de siger. Jeg ved jo, at beboerne ofte kontakter os, fordi de har et problem. Det kan være, at de er frustrerede. Så ved jeg jo godt, at det ikke er mig, de er sure på, men hele situationen. Så i stedet for at jeg optrapper ved selv at blive sur, så lytter jeg og forsøger at finde en løsning.

Agnieszka er uddannet salgsassistent i en stor sportskæde på Strøget i København. Hun bor i Tikøb med sin mand og to børn på otte og snart tre år. Da Agnieszka var to til otte år, boede hun i Ponydalen i Vapnagaard.



Der blev både snakket om sjove spil og børns grænser, da Robert fra SSP holdt oplæg i småbørnscaféen.

Børn bruger ligesom os voksne meget tid på at være online. Måske derfor var fremmødet omkring kaffebordet denne fredag formiddag i Kulturhus Syd ekstra stort. Robert havde i starten svært ved at abstrahere fra småbørnsmødrenes *multi-tasking*, men han fornemmede vist hurtigt, at deres interesse for emnet bestemt ikke fejlede noget.

De fleste forældre ved, at de bør følge med i, hvad der sker, når deres barn begiver sig ind i den digitale verden, ofte helt alene. Barnet kan få dårlige oplevelser, som de ikke deler med de voksne. Det kan f.eks. være mobning, at se ubehagelige videoer eller opleve uønsket kontakt fra fremmede, måske ligefrem *grooming* (når en voksen manipulerer et barn for at krænke).

Vi voksne kan have svært ved at forstå, hvad det præcis er, der er så spændende ved f.eks. TikTok. Vi synes måske heller ikke, at vi har tiden til at sætte os ind i det. Vi kommer til at gå mest op i, hvor længe børnene må få lov at sidde med Ipad'en.

Robert opfordrer til, at du som forælder spørger nysgerrigt ind til dit barns brug af spil, YouTube og sociale medier. Det kan blive afgørende, at barnet ved, at det altid kan gå til en voksen, hvis der opstår problemer, siger Robert. Han taler af erfaring, for SSP har haft nogle rigtige møgsager, fortæller han.

SSP (Skole, Social og Sundhed og Politi) arbejder for et godt børne- og ungdomsliv. Hos Red Barnet kan du også få hjælp: Se redbarnet.dk/foraeldre/ og sletdet.redbarnet.dk

Roberts råd til gode digitale vaner for både børn og voksne

- Spørg om lov før du deler billeder og videoer af andre
- Lad være at skrive beskeder, hvis du er sur
- Husk at mange læser med, når du skriver kommentarer
- Husk at vi ikke altid opfatter emojis på samme måde
- Snak med nogen, hvis du oplever noget ubehageligt

Reklamerod – nej tak

Gode og billige tilbud siger de fleste ja tak til, men reklamer smidt på gulvet i opgangen er dårlig stil. Hvis du ikke vil have tilbudsaviser i din postkasse, kan du heldigvis sige nej tak. Det er nemt.

Nej tak til reklamer

Er du en af dem, der smider reklamer og gratisaviser fra dig i opgangen, fordi du ikke gider bære dem hen til en papircontainer? Det er dine naboer sikkert godt trætte af.

Hjælp dine naboer og dig selv: Bestil et *Nej tak til reklamer*-skilt til din postkasse.

Sådan gør du:

Besøg hjemmesiden fk.dk/Contact/ReklamerNejTak Her vil du kunne vælge enten *Reklamer – Nej Tak* eller *Reklamer og gratisaviser – Nej Tak*.

Når du har udfyldt dine personlige oplysninger og oprettet din anmodning, vil du modtage en mail som du skal bekræfte. Har du spørgsmål kan du henvende dig til FK Distribution på tlf. 7010 4000.

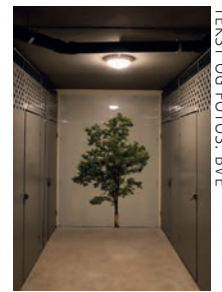
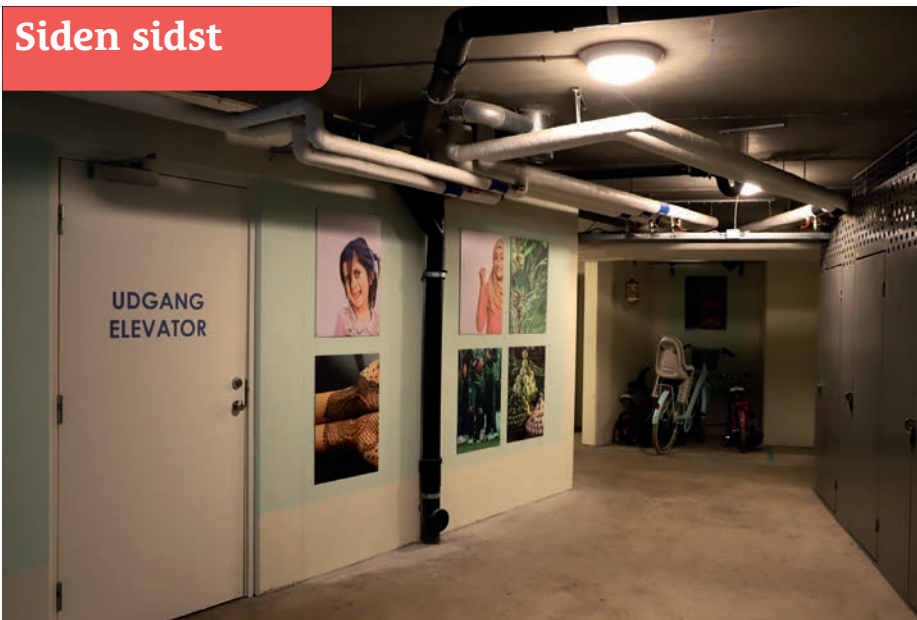
Robinsonlisten

Du kan undgå uopfordrede salgsreklamer med dit navn og adresse på samt telefonopkald fra sælgere, hvis du registrerer dig på Robinsonlisten.

Registreringen, der er gratis, kan ske på Borger.dk (skriv Robinsonlisten i søgefeltet). Du kan henvende dig i Borgerservice, hvis du ikke har mulighed for at benytte MitId.

Har du allerede givet samtykke til, at et firma må kontakte dig, f.eks. fordi du har medvirket i en quiz på nettet og ikke har fået læst betingelserne, kan du ikke tilbagekalde det ved at blive registreret på Robinsonlisten. Du skal i stedet kontakte virksomheden direkte og tilbagekalde dit samtykke.

Alle beboere bør naturligvis tage ansvar for deres eget rod. Det ved langt de fleste heldigvis. Husk at udgiften til ekstra oprydning kun kan hentes ét sted, og det er fra beboernes husleje.



Turens første stop var en fint dekoreret kælder i Brønshøj. På billedet nederst lytter vi til formanden i Husum Nord.

Studietur på tværs

Studieture kan sætte gang i spændende samtaler og nye ideer. Det var også tilfældet på en bustur til København i maj.

Vapnagaards beboervalgte og ansatte i Boliggården tog på en fælles heldagsudflugt med bus rundt til boligafdelinger i Brønshøj, Husum og Nørrebro.

Dagens program var tætpakket, og formålet med studieturen var at lære af andre boligområders erfaringer samt at få snakket sammen på tværs af deltagerens interesseområder.

Vi oplevede Husum Nord's grønne områder og blev vist rundt i den ombyggede Samuels Kirke på Nørrebro, der er blevet ombygget til ungdomsboliger. Vi hørte om renovering i Brønshøj og om den gennemgribende forandring, Husum Nord står overfor i de kommende år. Vi mødtes med beboerformænd, boligsociale medarbejdere og projektledere. Desværre kan det hele ikke beskrives her.

Der blev undervejs snakket på kryds og tværs mellem deltagerne, og det var netop meningen med studieturen.

Et af turens første stop, en kælder i Brønshøj, inspirerede tydeligvis både beboerdemokrater og driftsansatte.

Det er altid godt at snakke med bestyrelsen. Vi har ikke nødvendigvis samme vinkel på tingene, så det er fint lige at få forventningsafstemt.

Ulrik Krüger
Driftslederassistent

Her besøgte vi boligselskabet AAB, hvor vi blev vist rundt i deres nye 'prøve-kælder' af projektlederen Kigge Mai Hvid. Hun har ved hjælp af pastelfarver, tydelig skiltning, flotte fotos

fra forskellige kulturer og finurlige lamper, der hænger ned fra betonlofterne, gjort kælderen lysere og mere indbydende – og dermed tryggere for beboerne at færdes i.

Bilal Yedder, der har stået for at male kælderen, er opvokset i boligområdet Tingbjerg. Han fortalte, hvordan han som barn altid skulle følge sin mor i vaskekælderen, da hun var utryk ved at gå alene. Det betød derfor meget for ham at være en del af projektet.

Da dagen sluttede var alle mætte efter de mange indtryk og gode samtaler.



OPSLAGS

Kom til spændende foredrag for voksne i Kulturhus Syd

Foredragene livestreames fra Aarhus Universitet til biografer, biblioteker, kulturhuse og skoler i en lang række byer over hele Danmark. De bliver ikke lagt på nettet, så du kan *kun* se dem live.

I Kulturhus Syd kan du sidde sammen med andre og høre om den seneste forskning. Niveauet er højt, men alle kan være med, og som regel bliver emnet serveret på en engageret og underholdende måde. Bare mød op. Du kan bl.a. opleve:

Kan fortidens DNA hjælpe os i fremtiden?

GRATIS. Tirsdag den 26. september kl. 19-21
Hør hvordan fortidens DNA kan fortælle os, hvorfor vi mennesker ser forskellige ud og rammes af forskellige sygdomme, hvorfor de store istidsdyr forsvandt og hvordan Grønland så ud for 2 millioner år siden.

Hvordan fungerer hjernen?

GRATIS. Tirsdag den 24. oktober kl. 19-21
Vores hjerne består af 100 mia. celler, som kommunikerer med hinanden i komplicerede netværk. Men hvordan styrer hjernen os? Og hvorfor svækkes vores færdigheder ofte med alderen? Hør om den nyeste hjerneviden.

Antistof og antiverden

GRATIS. Tirsdag den 7. november kl. 19-21
I de seneste år er fysikerne blevet i stand til at producere og studere antistof på måder som for få årtier siden blev betragtet som ren science fiction. Studier af antistof kan måske afsløre hvorfor stjerner, planeter og mennesker faktisk er til.

Uden kryptering, ingen internet

GRATIS. Tirsdag den 14. november kl. 19-21
Hør om hvordan kryptering sikrer at vi kan kommunikere fortroligt og færdes sikkert på internettet – fx når du bruger din netbank.

Se flere foredrag på Kulturhus Syds facebook.

Har du spørgsmål kan du kontakte Anette
Mail: ajc03@helsingor.dk
Mobil: 2531 3610
Messenger: Anette Kulturhus Syd



Det er blevet en fast tradition for Naturtræningsholdet at samle affald een gang om måneden.
Respekt!

Vapnagaard Naturtræning bruger naturen og dens redskaber til træningen, og de slutter altid med en kop kaffe og hyggeligt samvær. *Du* er også velkommen til naturtræningen, der starter fra Seniorcentret, Hestens Bakke 43 hver torsdag kl. 10. Bare mød op eller hør mere hos Ole Karlsson på tlf. 2634 1445.



Bydelsfest

Vi ses til bydelsfesten i Vapnagaard lørdag 24. juni



Børnenes Dag



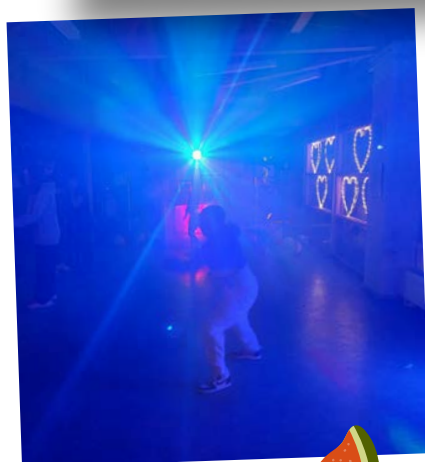
Husk Børnenes Dag den 3. september. Der vil være en børnekarrusel og mange andre sjove aktiviteter – og igen i år får vi besøg af toget Futte. Der vil blive solgt drikkevarer, mad, popkorn og slush ice.

Vi glæder os til at se jer!

Hilsen Aktivitetsudvalget,
den boligsociale indsats og Kulturhus Syd



TAVLEN



Børnedisko

80'ernes sodavandsdiskotek er genopstået – og børnene elsker det! Der har indtil nu været afholdt to aftener med børnediskotek i Laden. Hold øje på vapnet og facebook, hvis dit barn er 8-12 år og klar til at slå sig løs.



Vil du med på opslagstavlen?

Send info om dit arrangement til bve@boliggaarden.dk

TEKST & GRAFIK: BVE



Morgenmadscafé: Vi flytter i sommermånederne

Du er velkommen i morgenmadscafeen mandage kl. 8.30-10.00 i Kulturhus Syd hele sommeren. Caffeen er normalt i kælderen Blishøj 6, men med hjælp fra Anette fra Kulturhus Syd, kan vi nu holde åbent i sommermånederne: 3/7, 10/7, 17/7, 24/7, 31/7 samt 7/8. Vi hjælpes ad med at dække bord og rydde op, ligesom vi plejer. Glæd jer til spændende indslag og hyggeligt samvær.



PASSAGEFESTIVAL TIRSDAG 1. AUGUST

Der er forestillinger og workshops for store og små til Passagefestival i Vapnagaard tirsdag den 1. august kl. 13-18 ved Laden. Det er gratis og uden tilmelding. Aktivitetsudvalget sælger popcorn, drikkevarer og slush-ice. Der er Passagefestival andre steder i Helsingør og Espergærde på andre datoer, se mere på passagefestival.nu og sæt X i kalenderen.



Sankt Hans

Vi samles omkring bålet ved Gl. Vapnagaard fredag den 23. juni fra kl. 15-18.30. Bålet tændes ca. kl. 18.15
(Aflyses ved afbrændingsforbud)



Helt Frivillig i grønne trøjer

Helt frivillig har skiftet de røde trøjer ud med en flot grøn, men formålet er stadig det samme: At hjælpe til med stort og småt til arrangementer for børn og voksne i Vapnagaard. Har du lyst til at give en hånd med, kan du kontakte Sarah på tlf. 3036 7492 eller spørge en af de frivillige. Giv dem også gerne en tak, når du møder dem. Deres arbejde gør en kæmpe forskel.



Kom til Strikkecafé

Strikkecafeen vil fortsat være i Stuehuset på Gl. Vapnagaard den første tirsdag i juli og august kl. 15-17. Fra september er vi heldige at kunne benytte Kulturhus Syd, fortsat første tirsdag i måneden. Dog er tidspunktet ændret til kl. 10-12. Andre kreative sysler end strikketøj er velkomne. Vi ses.



Se hvad der sker – nu og her – på [facebook](https://www.facebook.com/vapnagaard) og vapnet.dk

DEMOKRATI FITNESS

DENNE PLAKAT ER UDLÅNT OG UDFORMET AF DEMOKRATIFITNESS

Hvilke demokratimuskler har du trænet i dag?

EMPATI



I et demokrati skal der være plads til os alle. Du skal kunne rumme folk, der er anderledes end dig selv og vække empati hos andre.

AKTIV

LYTNING



I et demokrati skal alle vores stemmer høres. Du skal kunne lytte fordomsfrit og lære af andre.

HOLDNING



I et demokrati ændrer vi vores holdninger. Du skal kunne sige din mening højt og lytte til andres, så du ved hvordan de formes.

VERBAL

SELVTILLID

I et demokrati har vi alle en stemme. Du skal lære din stemme at kende, så det føles godt at bruge den.



UENIGHED

I et demokrati er vi ofte uenige. Du skal kunne blive i uenigheden, fordi den gør os klogere på hinanden.



KOMPROMIS

I et demokrati er der plads til forskellighed. Du skal kunne søge det gode kompromis, hvor alle føler, at de får mere end de giver.



MOBILISERING

I et demokrati er der brug for kvalitet og fællesskab. Når du giver plads til andres input, står vi stærkere sammen.



AKTIVIST

I et demokrati kan du gøre noget aktivt ved det, du brænder for. Se at komme afsted!



NYSGERRIGHED

I et demokrati har vi brug for at lære af hinanden. Du skal kunne sænke dine parader og stikke snuden i sporet.



MOD

I et demokrati er det vigtigt, at vi deltager. Du skal finde modet til at være med som du er. Du tør allerede en masse.



Demokrati Fitness er et træningskoncept, der udfordrer den traditionelle opfattelse af, hvad demokrati er. Demokrati er nemlig noget man skal træne - og det må godt være både sjovt, udfordrende og meningsfuldt imens.

Se hvordan du deltager på www.demokratifitness.dk



Fitnessstræning med fællesbestyrelsen

Vapnagaards fællesbestyrelse mødes en aften om måneden. Denne aften sidst i april kastede de sig ud i at *træne demokrati*.

– Det er vildt så ujævnt, I hele tiden fordeler jer, siger træneren og slår ud med armene. – Vi må på den igen.

– *Det skal være lettere at blive skilt*, siger han højt og kigger spændt ud over forsamlingen. De ser ud til at tænke så det knager, og når de hver især har truffet en beslutning, lægger de hånden på hovedet. Præcis som trænerne har instrueret dem i. Herefter fordeler de sig i hver sin side af lokalet. Igen med nogle få på ja-siden og de fleste på nej-siden.

Fællesbestyrelsen har indbudt tre uddannede demokratifitnesstrænere, Ella, Jeppe og Lucas, der til daglig går på gymnasiet eller HF. De er her i dag for at give fællesbestyrelsen en smagsprøve på, hvordan man træner sine demokratimuskler. Vapnagaard Nyt er med på 'en kigger'.

– *Det skal være gratis at parkere*, siger Jeppe, og denne gang er der 'bid'. Bestyrelsesmedlemmerne fordeler sig nu fifty-fifty og står næsten lige mange på hhv. ja- og nejsiden.

Trænerne gør klar til næste fase og instruerer i, hvordan folk fra hver side nu skal finde sammen to og to. De skal stå overfor en, som de ikke var enige med i spørgsmålet om gratis parkering. Det er derfor, det er vigtigt, at der er nogenlunde lige mange ja- og nejsigere.

Demokrati er nemlig noget, man kan træne, især hvis vi tør snakke med dem, vi ikke er enige med. Som du kan

Demokrati

Demokrati betyder folkestyre. I Danmark har vi haft demokrati siden den første grundlov blev vedtaget i 1849. Med grundloven fik borgerne en række rettigheder, bl.a. den personlige frihed og ytringsfrihed – at vi hver især har ret til at tro, mene og sige, hvad vi vil.

se på modsatte side, er der mange måder at være demokratisk på, f.eks. ved at du tør sige din mening og er nysgerrig på andres synspunkter.

Næste fase af træningen handler om at lytte fordomsfrit og rumme uenigheder, og det lader det til, at bestyrelsesmedlemmerne kan. Der bliver snakket, lyttet, argumenteret og grinet. Måske fordi emnet *gratis parkering* ikke er så 'farligt'?

Demokratifitnessstræning kan lære os, hvordan vi sammen udvikler og værner om demokratiet – i stedet for bare at tage det for givet.

Beboerdemokrati

Fællesbestyrelsen består af de 11 områders formænd samt en kasserer, en sekretær, næstformanden og formanden. Fællesbestyrelsen er valgt af beboerne og varetager Vapnagaards interesser i det daglige.

Læs mere på demokratifitness.dk

KILDE: FOLKETINGET

TEKST OG FOTOS: BVE



Du hører trænerens påstand.



Du tænker dig godt om.



Nu har du besluttet dig.



Du vælger side: ja eller nej?



Bliv gerne overrasket, men ...

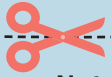


... hør hinandens synspunkter.



Det er okay at være uenige.

Kun for børn



Natur- og tingfinderjagt i Vapnagaard.

Gå på opdagelse med en ven i det gode vejr. Hvor mange krydser kan I sætte?



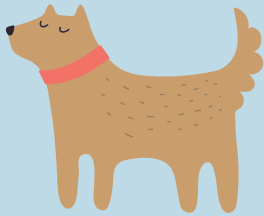
Mariehøne



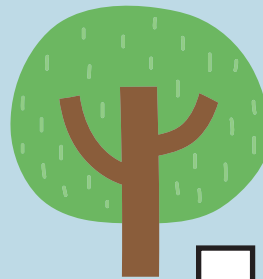
Barnevogn



Sommerfugl



Brun hund



Højt træ



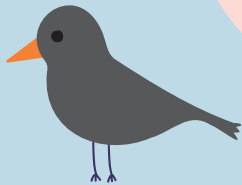
Bi



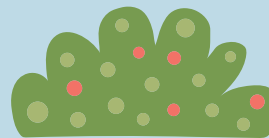
Rød cykel



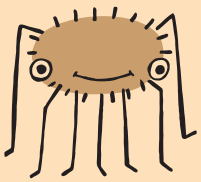
Regnorm



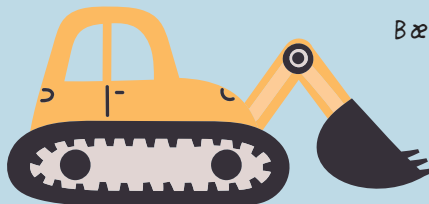
Solsort



Bær-busk



Edderkop



Gravemaskine



Gul blomst

Er I flere børn, der vil løse Børnesidens opgaver? Så er I velkomne til at hente nogle ekstra prints i Servicecentret.

Faste aktiviteter

DET GRÅ GULD

Onsdage kl. 13-16
Seniorcentret, Hestens Bakke 43

LEKTIE- OG SPROGCAFÉ

Tirsdage kl. 14.30-17.30
Kulturhus Syd, Hovmarken 7

VAPNAGAARD SYKLUB

Tirsdage kl. 18-21 og torsdage kl. 11-15
1. søndag i måneden syr vi poser
Piskesmældet 3, kælderen

FODTUSSENE

Søndage kl. 13 (kaffe fra kl. 12)
Kulturhus Syd, Hovmarken 7

STYRK DIN KROP

Mandage kl. 10-12
Laden, Gl. Vapnagaard, Hovmarken 8

VAPNAGAARD CYKELVÆRKSTED

Tirsdage kl. 13-16
Blishøj 12, kælderen

VAPNAGAARDS STRIKKECAFE

1. tirsdag i måneden kl. 15-17
Stuehuset, Gl. Vapnagaard, Hovmarken 8

VAPNAGAARDS MORGENCAFE

Mandage kl. 8.30-10.00
Familiecaféen Blishøj 6, kælderen

SMÅBØRNSCAFÉ

Caféen har åbent fredage kl. 9.30-12
Mød sundhedsplejersken kl. 10-12
Kulturhus Syd, Hovmarken 7

TØJKÆLDEREN VAPNAGAARD

Genbrugstøj, åbent tirsdage kl. 13-15 og efter aftale
Hesteskoen 6, kælderen (følg med på facebook)

BINGO

Torsdage kl. 19-21.30 (følg med på facebook)
Laden, Gl. Vapnagaard, Hovmarken 8

NATURTRÆNING

Torsdage kl. 10-12 (vi slutter med kaffe)
Vi mødes ved Seniorcentret, Hestens Bakke 43

Rettelser sendes til drift1@boliggaarden.dk

Rådgivning og støtte

DEN BOLIGSOCIALE INDSATS

Vapnagaards boligsociale medarbejdere holder til i Stuehuset, Hovmarken 8.
Børne- og ungekoordinator Rikke Djørup tlf. 3099 6434
Netværkskoordinator Sarah Haaning tlf. 3036 7492
Familierådgiver Bettina Tandrup Holm tlf. 2194 2704
Studentermedhjælp Julie L. Pedersen tlf. 3090 1370

RÅDGIVNING

Familierådgiver Bettina Tandrup Holm har træffetid mandag kl. 10-12 og torsdag kl. 14.30-17. Lav helst en aftale på forhånd. Kontakt Bettina på tlf. 2194 2704w

BYDELSMØDRE

Kontakt familie- og frivilligkoordinator Majda Hamad på tlf. 4023 5769 eller mh@boliggaarden.dk

STØTTEPERSON/SKP-TEAM

Har du brug for hjælp ved psykisk sygdom/misbrugsproblemer? Kontakt Det Opsøgende Team mandag-torsdag kl. 8-16 og fredag kl. 8-13.
SKP-medarbejder Camilla Børjesen tlf. 2531 3352
SKP-medarbejder Ernst Hansen tlf. 2531 1600

ALKOHOLRÅDGIVNING

Lænken Helsingør, Rytterbakken 6, kld. Tlf. 4922 1300
Mandage og torsdage kl. 16-18

PSYKIATRISK AKUT-TEAM

Tilbud til psykisk syge med akutte problemer i aften- og nattetimerne. Tlf. 7026 8700. Der er åbent alle ugens dage/nætter i tidsrummet kl. 16-7.00

Din bolig

MELD FEJL

Hvis du har brug for at melde en fejl ved dit lejemål, kan du på Vapnagaards hjemmeside – vapnet.dk – finde en kontaktformular under menupunktet 'MELD FEJL'. Du kan også sende en mail til drift1@boliggaarden.dk

HJÆLP TIL TV/INTERNET

I Vapnagaard er der TV og bredbåndsaf tale med Stofa for de, der ønsker det. Aftalerne er imellem Stofa og beboeren, og har intet at gøre med driften. Oplever du problemer kan du søge råd hos TV-udvalgets formand Rie Skjoldemose, tlf. 4922 4240.

Beboerinformation

BOLIGGÅRDEN

Trækbanen 16, Helsingør
Tlf. 4647 3000

Åbningstid:
Personlig henvendelse kl. 10-12
Telefon kl. 8-10
Alle hverdage

Find mailadresser og skriv en besked direkte på www.boliggaarden.dk

DRIFTSKONTOR VAPNAGAARD

Drift 1
Hovmarken 7
Tlf. 4925 2627
Mail: drift1@boliggaarden.dk
Hjemmeside: www.vapnet.dk

Åbningstid:
Personlig henvendelse kl. 10-12
Telefon kl. 8-10
Alle hverdage

Driftspersonalet kan kontaktes ved skranken i Driftskontoret, på tlf. 4925 2627 eller send en mail til drift1@boliggaarden.dk

Driftsleder:
Nicolai Stubtoft
Driftslederassistenter:
Ulrik Krüger
Dennis Nordahl Larsen
Projektleder:
Frank Holm Møller
Projektleder (Have -og Parkingeniør):
Marianne Borchmann
Driftssekretærer:
Philip Kirkebjerg-Storm
Agnieszka Skovgaard Frederiksen

Vapnagaard Nyt:
Redaktør Berit Vedelsby
bve@boliggaarden.dk
Tlf. 4925 2627

FEJL I DIN BOLIG

Har du brug for at melde en fejl i din bolig, kan du benytte formularen på vapnet.dk under menupunktet 'Meld fejl'

BOLIGGÅRDENS BOLIGSOCIALE HELHEDSPÅN PÅ VAPNAGAARD

Leder af den boligsociale indsats:
Ole Skjellerup
Børne- og ungekoordinator: Rikke Djørup
Familierådgiver: Bettina Tandrup Holm
Netværkskoordinator: Sarah Haaning
Stud.medhjælp: Julie Ladegaard-Pedersen

Find alle medarbejdere på Vapnet.dk

VED IND- OG UDFLYTNING

Udlån af trækvogn ved til- og fraflytning m.m. kontakt Driftskontoret. Hvis du har brug for at køre ind bag bomme med et motorkøretøj, skal du have tilladelse. Henvend dig i Driftskontor Vapnagaard. Du må *ikke* holde foran blokkene

SERVICEORDNINGEN

Ved driftsforstyrrelser i forbindelse med varme, vand, el og forstoppelse i kloak/faldstamme mandag-torsdag efter kl. 15 og fredag efter kl. 14 samt lørdag/søndag kontakt:

SSG Skadeservice, tlf. 7021 0371

Ordningen gælder *kun* akut opståede skader, som absolut ikke kan vente med udbedring til normal arbejdstid

FÆLLESBESTYRELSEN

FORRETNINGSUDVALGET

Formand: Anje Holmstad
Horsedammen 17, st. th.
Tlf. 6131 4095
Mail: anjeholmstad@gmail.com
Næstformand: Christina Job
Folehaven 12, 1. tv.
Tlf. 2714 7865
Mail: christina_job@hotmail.com
Kasserer: Süleyman Benli
Horsedammen 16, 2. tv.
Tlf. 4911 2860
Mail: benlisuleyman@yahoo.dk
Sekretær: Solgerd Jørgensen
Hestens Bakke 9, 1. tv.
Mail: referat.vap@gmail.com

HJEMMESIDE VAPNAGAARD

www.vapnet.dk

HJEMMESIDE VTV – VAPNAGAARD TV

www.vtv.dk

OMRÅDEBESTYRELSENE

OMR. 71, HESTENS BAKKE ØST

Blok 1, 2, 3, 4, 5
Formand: Anita Østermann Pedersen
Hestens Bakke 8, 2. th.
Tlf. 2874 9544 (send gerne sms)
Mail: omr71vapnagaard@gmail.com
Bestyrelsen træffes efter aftale

OMR. 72, HESTENS BAKKE VEST

Blok 6, 9, 12, 15, 18
Formand: Flemming Fuhrmann
Mail: omr72vap@gmail.com
Tlf. 2719 7028
Kontor: Hestens Bakke 36, kld.

Bestyrelsen træffes efter aftale

OMR. 73, SPOREGANGEN ØST

Blok 7, 8, 10, 11
Formand: Marianne Larsen
Sporegangen 7, st. th.
Tlf. 6116 9173
Mail: mariannestenild@gmail.com
Kontor: Hestens Bakke 1, kld.
Mail: omr73@vapnet.dk
Tlf. 4925 2603
Bestyrelsen træffes efter aftale

OMR. 74, RYTTERBAKKEN

Blok 23, 24, 27, 28, 29
Formand: Kaj Erik Arndal
Hovmarken 2, st. th.
Tlf. 3177 0536
Kontor: Hovmarken 6, kld.
Mail: omr74vapnagaard@gmail.com
Tlf. 5069 4674
Bestyrelsen træffes efter aftale

OMR. 75, HORSEDDAMMEN

Blok 34, 35, 38, 39, 40, 41
Formand: Steffen Redder
Horsedammen 6, st. th.
Tlf. 5046 6870
Kontor: Horsedammen 18, kld.
Mail: omr75vapnagaard@gmail.com
Bestyrelsen træffes efter aftale

OMR. 76, PONYDALEN

Blok 46, 47, 50, 51, 52, 53
Formand: Rie Skjoldemose
Tlf. 4922 4240
Kontor: Ponydalen 9, kld.
Mail: rie@pony-dalen.dk
Træffetid efter aftale

OMR. 77, PISKESMÆLDET

Blok 48, 49, 54, 55, 56, 57
Formand: Jack Seiler-Holm
Tlf. 2144 2227
Mail: jackseiler-holm@hotmail.com
Kontor: Piskesmældet 12, kld.
Bestyrelsen træffes efter aftale

OMR. 78, HESTESKOEN

Blok 36, 37, 42, 43, 44, 45
Formand: John Jensen
Hestekoens 18, 1. tv.
Tlf. 9193 3141
Kontor: Hestekoens 12, kld.
Mail: omr78vapnagaard@gmail.com
Kontortid: Første onsdag hver måned kl. 18.30-19. (tlf. 4925 2608)

OMR. 79, FOLEHAVEN

Blok 25, 26, 30, 31, 32, 33
Formand: Marianne Lavesen
Blishøj 7, st. tv.
Kontor: Blishøj 9, kld.

Tlf. 4940 2479
Telefontid onsdag kl. 18.30-19
Mail: omr79vapnagaard@gmail.com

OMR. 80, BLISHØJ

Blok 19, 20, 21, 22
Formand: Marianne Olsen
Blishøj 16, st. tv.
Tlf. 2690 9031
Mail: arendtolsen@hotmail.com

OMR. 81, SPOREGANGEN VEST

Blok 13, 14, 16, 17
Formand: Diana Larsen
Sporegangen 12, st. th.
Tlf. 2010 4204
Mail: omr81vap@gmail.com
Kontor: Sporegangen 4, kld.
Bestyrelsen træffes efter aftale

UDLEJNING OG UDLÅN

GL. VAPNAGAARD

Priser for udlejning på gården:
1. sal m. anretterkøkken (max. 40 pers.):
850 kr., depositum 1.000 kr.
Laden med anretterkøkken:
1.600 kr., depositum 2.000 kr.
(max. 300 pers., service til 100 pers.)
Tlf. 4925 2627
Bookes ved henvendelse i driftskontoret
og lejes *kun* til beboerne i Vapnagaard

SENIORCENTRET

Udlejning for +55
Kontakt: Pia Rasmussen
Tlf. 2168 4518
Mail: piarasmussen20@gmail.com

KLUBBER OG FORENINGER

VAPNAGÅRDS FESTUDVALG

Anita Østermann Pedersen
Tlf. 2874 9544

FODTUSSENE

Søndage kl. 13 ved Kulturhus Syd
Ole Karlsson
Tlf. 2634 1445
Mail: o.karlsson@outlook.dk
Pia Lassen
Tlf. 2876 0306
Mail: pialassen@hotmail.dk

HELSINGØR GAMERS

Rytterbakken 12. kld.
Rasmus Gudmandsen
Mail: rasmus.gudmandsen@3f.dk

STYRK DIN KROP

Man. kl. 10-12 i Laden, Gl. Vapnagaard

Kontakt: Lonnie Sørensen
Tlf. 2798 6015

FIBROERNE

Hestens Bakke 12, kld.
Første torsdag i måneden kl. 12.30-16
Kontakt: Anita Pedersen
Tlf. 2874 9544

VAPNAGAARD BILLARDKLUB

Hesteskoen 15, kld.
Tirsdays kl. 19-22
Kontakt: Formand Liselotte Nielsen
Tlf. 5090 9204
Mail: lotte.vagn@outlook.dk

HELSINGØR GYMNASTIK FORENING

Kronborggymnasterne, Rytterbakken 9
Kontakt: Dorthe Wiedenbein
Tlf. 6169 9517
Mail: hgfsekr@gmail.com

DEN TYRKISKE KULTURCAFÉ

Hovmarken 8, 1, Gl. Vapnagaard
Man.-ons. lukket, torsdag og fredag
kl. 17-22, lørdag og søndag kl. 11-22

BRIMIR – AKTIVT ROLLESPIL

NORDSJÆLLAND
Horsedammen 3, kld. tv.
Mødetid: Tredje søndag i måneden
Kontakt: Formand Frej Guldborg
Tlf. 2752 0655
Mail: kontakt@brimir.dk

SENIORKLUBBEN 'DET GRÅ GULD'

Seniorcentret, Hestens Bakke 43
Onsdage kl. 13-16
Kontakt: Per Olsen (formand)
Tlf. 2233 3908
Mail: perol1951@gmail.com

VAPNAGAARDGRUPPEN

Værksted for kunstnere
Folehaven 18, kld.
Træffetid: 1. tirsdag/mdr. kl. 14-14.30
Formand: Per Sjøsteds
Kontakt: Johnnie Jensen
Tlf. 4044 7951

VFK – 72 VAPNAGÅRD FODBOLDKLUB

Hovmarken 3, kld.
Formand: Tim Pihl
Tlf. 2961 9121
Mail: timpihl10@gmail.com

VAPNAGAARD TV (VTV)

Folehaven 9, kld.
Hjemmeside: www.vtv.dk
Mail: vtv@vtv.dk
Formand: Ole Karlsson
Tlf. 2635 1445
Mail: formand@vtv.dk

DANSKE HANDICAPORGANISATIONER

Seniorcentret, Hestens Bakke 43
Formand: Lisbet Kragh,
Tlf. 6126 1009
Mail: lisbetkragh@hotmail.com

SLÆGTSFORSKNING

Seniorcentret, Hestens Bakke 43
Tirsdays kl. 9-12 i ulige uger
Kontakt: Jan Niemann (formand)
Tlf. 7170 6383
Mail: formand@dis-helsingor.dk

BINGO I LADEN

Festudvalget
Tirsdays kl. 19-21.30
Anita Pedersen tlf. 2874 9544

LÆNKEN

Alkoholrådgivning – hjælp til selvhjælp
Rytterbakken 6, kld.
www.laenken.dk
Tlf. 4922 1300
Mandag og torsdag kl. 16-19
Mail: helsingorlaenken@vapnet.dk
Formand: Uffe Eriksen
Tlf. 6068 3630

VAPNAGAARDS SYKLUB

Piskesmældet 3, kld.
Tirsdays kl. 18-21
Tirsdays kl. 11-15
Første søndag i måneden
Kontakt: Marianne Christensen
Tlf. 6062 0152
Mail: marchri45@hotmail.com

VAPNAGAARD FÆDREGRUPPE

Blishøj 15, kld.
Alle dage kl. 18.30
Formand: Menderes Acikel
Tlf. 2894 5857
Mail: aci38@helsingor.dk

BYDELSMØDRE I HELSINGØR

Kontakt familie- og frivilligkoordinator
Majda Hamad tlf. 4023 5769
Mail: mh@boliggarden.dk

NATURTRÆNING

Tirsdays kl. 10-12 ved Seniorcentret
Ole Karlsson
Tlf. 2634 1445

Rettelser sendes til drift1@boliggarden.dk

Det sker



Vapnagaard inviterer til bydelsfest

Hvad får du, hvis du lægger slush-ice, fadøl, Stylte Signe, fed musik, lopper og mad fra forskellige dele af verden sammen?

Næstformand i fællesbestyrelsen, Christina Job, fortalte om sin drøm om en bydelsfest i et interview i Vapnagaard Nyt efter en tur til Berlin, hvor hun havde været til en hyggelig festival i et stort boligområde. Kort efter blev hun kontaktet af Ole Skjellerup, leder af den boligsociale indsats, der syntes de skulle føre projektet ud i livet.

Beboerdemokratiet, den boligsociale indsats, Driften og Kulturhus Syd har i fællesskab planlagt bydelsfesten. Det er arrangørernes håb, at festen kan blive en årlig begivenhed.

Bydelsfest i Vapnagaard

Bydelsfesten afholdes lørdag den 24. juni. Kulturhus Syd lægger ud med en *talk* af Sara Rameh, forfatter til *Betonhjerter*. Festpladsen foran Servicecentret åbner kl. 14. Der vil være musik og underholdning fra scenen, aktiviteter for børnene, loppemarked samt salg af mad og drikke indtil kl. 19. Gæster udefra er meget velkomne. Læs hele programmet i folderen, der følger med Vapnagaard Nyt.

Der afholdes årsmøde den 17. september

Laden danner igen i år ramme om årsmødet, der afholdes den 17. september kl. 9. Husk dit sygesikringsbevis, så du kan få adgang.

Beboermødet er Vapnagaards øverste myndighed. Her vælger beboerne medlemmer til bestyrelsen og godkender afdelingens budget.

Der skal desuden stemmes om de indkomne forslag fra beboerne – det kan handle om vedligeholdelse, ordensregler, forbedringer og aktiviteter i Vapnagaard. Hver husstand har to stemmer.

Mød op og brug din indflydelse. Du kan konkret afgive din stemme, og samtidig give din mening til kende i forhold til, hvad du synes bestyrelsen skal fokusere på i det kommende år.



Frist for beboerforslag

Har du et forslag til beboermødet? Fristen for at indsende et forslag er den 3. september kl. 12

Send gerne dit forslag allerede nu. Du sender det i en mail til drift1@boliggarden.dk

Sørg for at dit forslag ikke er til at misforstå. Få evt. en anden til at læse det, før du sender det.