

# VapnagaardNYT



August 2014 44. årgang Nr. 4

## Vapnagaard Nyt

**ServiceCenter  
Hovmarken 7  
3000 Helsingør**

Email til redaktionen:  
jj@boliggarden.dk

Udgiver: Fællesbestyrelsen  
på Vapnagaard  
Ansvarshavende:  
Per Olsen tlf. 25 26 40 66  
Redaktør: Jacob Jürs tlf 49 25 26 37

Redaktion:  
Jacob Jürs (jürs) tlf 49 25 26 37  
Mikkel Frank (frank) 49 25 26 97  
Ole Karlsson (ok) tlf 69 60 90 60  
Inge Weingarte (iw) tlf 23 61 69 79  
Bendt Olesen (b.o.) tlf 49 22 68 66  
Jytte Olesen (jyt)

Indlæg, forslag til artikler eller andet stof kan afleveres til redaktionen på adressen eller sendes via mail.

Anonyme indlæg optages kun, hvis afsender er redaktionen bekendt.

Indlæg udefra repræsenterer alene afsenders synspunkter.

Tegninger og fotos modtages gerne og helst digitalt.

Vapnagaard Nyt optager ikke kommercielle annoncer, men vi bringer gerne omtaler og annonceringer af social, kulturel og foreningsmæssig karakter.

Distribution:

Vapnagaard Nyt uddeles til beboerne på Vapnagaard af områdebestyrelserne. Modtager man ikke bladet, skal henvendelse ske til de enkelte områdeformænd.

Vapnagaard Nyt udkommer seks gange årligt.

Tryk: Hillerød Grafisk

**www.vapnet.dk**

webmaster: Jan Willadsen

redaktør: Jacob Jürs

**Facebook Vapnagaard**

redaktør: Jytte Olesen

Supervision: Jacob Jürs

Forsidefoto: Vapnagaard-børn i Danfoss-  
Universe (Foto: Dorthe Daugaard Nielsen)

# Du bestemmer!!

**BEBOERDEMOKRATI:** Søndag den 14. september er der Fællesmøde i Laden på Gl. Vapnagaard. Fællesmødet er den øverste bestemmende myndighed på Vapnagaard. Det er her, man tager stilling til økonomi, bestyrelser og en række andre væsentlige forhold på Vapnagaard.

Alle beboere på Vapnagaard kan deltage i Fællesmødet. Der udleveres to stemmesedler per hustand, der møder op. Hvis man selv har et forslag, man ønsker behandlet på fællesmøder, så kan man frem til den 25. august indlevere skriftlige forslag til dagsordenen i Vapnagaard Servicecenter – senest klokken 12. Fællesmødet starter klokken 9.00 og normalt tager det et par timer, før det

er slut. Hvis diskussionslysten er stor, kan det dog trække ud. Der serveres morgenkaffe og rundstykker fra klokken 8.30 – alle er velkomne.

På dagsordenen i år er der blandt andet den kommende helhedsplan på Vapnagaard, og så skal der vælges næstformand og kasserer til Fællesbestyrelsen. Direktør for Boliggården, Birte Flæng Møller, vil informere om økonomien, og Vapnagaards formand, Per Olsen, vil vanen tro fortælle om årets gang på Vapnagaard.

Hvis man er interesseret, men ikke har mulighed for at møde op, så transmitterer Vapnagaard TV igen i år live fra hele Fællesmødet, så man kan følge med hjemmefra.

jürs



Fællesmødet på Vapnagaard afholdes i år den 14. september i Laden på Gl. Vapnagaard. (Foto: Bendt Olesen).



De nye nedgravede molokker er kun til dagrenovation. (Foto: Jürs)



Rundt på Vapnagaard er der opstillet nye affaldscontainere til papir, flasker og brugte batterier. (Foto: Jürs)



De 11 områders containergårde er til storskrald og have-affald. (Foto: Jürs)

# Affald er ikke bare noget man smider væk

**SKIDT & SKRALD:** I takt med at renoveringen og det efterfølgende landskabsarbejde bliver færdigt, bliver vores nye affaldssystem taget i brug. De såkaldte molokker, de nye nedgravede affaldscontainere, afløser de gamle grønne rullende affaldscontainere til husholdningsaffaldet.

Færre lugtgener, bedre arbejdsforhold for ejendomsfunktionærerne og frem for alt mere sikkerhed er nogle af fordelene ved det nye affaldssystem.

I modsætning til de gamle grønne containere er det ikke muligt at smide større stykker affald (pap-kasser o.l.) i molokkerne, derfor er det vigtigt, at alle kender og bruger de muligheder for at slippe af med restaffald og storskrald på Vapnagaard.

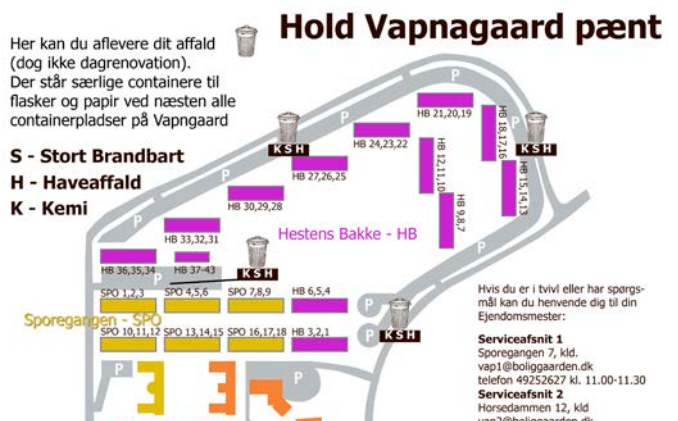
## Penge og godt miljø

Alle 11 områder har en containergård, hvor man kan komme af med stort brandbart affald og have-affald. Og der er også opstillet containere til glas, flasker og brugte batterier. Containergårdene er IKKE til dagrenovation, det skal i de nye molokker eller, hvis man bor i de områder af Vapnagaard, hvor renoveringen ikke er afsluttet, i de gamle grønne containere. Meget store portioner haveaffald kan man slippe af med i beboernes grønne gård, der ligger i Vapnagaards sydligste

hjørne, ud for gavlen til Ponydalen 1-3.

På [www.vapnet.dk](http://www.vapnet.dk) kan man finde og printe et oversigtskort. Der viser, hvor man kan slippe af med sit storskrald og sit haveaffald, hvis man ikke har adgang til internettet, så kan kortet hentes i Vapnagaard Servicecenter, Hovmarken 7.

Jo bedre vi bliver til at sortere vores affald, jo færre penge skal vi bruge på efterfølgende oprydninger og spildte mandetimer hos ejendomsfunktionærerne. Samtidig gør vi en indsats for miljøet - og det er vel ikke så ringe?



På Vapnagaards hjemmeside kan man finde et kort, der viser hvor man kan slippe af med de forskellige typer affald. (Grafik: Jürs)



Susanne håber på krabbe-bid i Flensborg Fjord. (Foto: Ole Karlsson).

# Kirstens rejsebureau på sommertur

**FERIEMINDER:** Det var en forpustet Ib-René-Cairo (måske bedre kendt som Ole Karlsson), der var igennem på en vindblæst satellitforbindelse til Vapnagaard Nyt-redaktionen i begyndelsen af sommerferien.

Det noget forpustede indtryk skyldtes, at Ole Karlsson havde været så letsindig at bevæge sig ud på en længere cykeltur under dette års ferierejse med (socialrådgiver) 'Kirsten Nørgaards Ferierejser' for forskellige beboere på Vapnagaard.

Omkring 40 beboere fra Vapnagaard nåede at runde Rømø, Højer Sluser, Møgeltønder, Gråsten og Nordborg i uge 27, inden de atter satte kursen hjem mod beboelsen på toppen af Helsingør.

På Rømø var beboerne indkvarteret i Rim Feriecenter i hytter og ferielejligheder, hvorfra de kunne nyde Rømøs brede strande, sætte drage op, soppe i havet og i det hele taget bare nyde den danske sommer i fulde drag.

Efter et par dage på Rømø satte ferieholdet kursen mod Gråsten, hvor næste indkvarteringssted var feriecenteret Marina Fiskenaes i smukke omgivelser med udsigt ud over bugten Nybøl Nor.

Inden de ramte Gråsten, havde feriefolket også lige været et smut forbi Møgeltønder for blandt andet at se byens kirke og naturligvis – fristes man til at sige – Schackenborg Slot, der netop i de dage var tæt medieovervåget på grund af Prins Joachims melding om at flytte fra stedet.

Under opholdet ved Gråsten blev der sat en dag af til at opleve Danfoss Universe ved Nordborg på Als.

- Det var en stor oplevelse for alle. Der er alt muligt at prøve, se og opleve. Der er udfordringer for enhver og for alle aldre. Det er virkelig imponerende, fortæller Ole Karlsson til Vapnagaard Nyt.

frank



Hele sommerholdet samlet kort før afrejse. (Foto: Bendt Olesen)



Den blå kube i Danfoss Universe stod også på sommerprogrammet. (Foto: Dorte Daugaard Nielsen)

## Kom hid, kom hid med garnnøgler og pinde

**RET & VRANG:** Både strikketøj og mundtøj kommer med garanti på gлед, når Vapnagård Bibliotek atter byder inden for til strikkecafé. Det sker tirsdag den 2. september kl. 15 til 17, hvor du har mulighed for sammen med andre strikkeglade sjæle at slå et par masker op og få en hyggelig sludder. Og er du ikke lige så ferm til det med to pinde og garnnøgler, er det også helt i orden. Strikkecaféen henvender sig nemlig til både nybegyndere, nysgerrige, øvede garnekvilibrister og superstrikkerne, der virkelig har styr på

ret og vrang.  
- De dygtige hjælper nybegynderne, vi bliver inspireret af hinandens strikkearbejde, kigger på opskrifter og snakker

om garntyper, strikkepinde og alt muligt andet, som strikkecaféens bagkvinder selv udtrykker det. Så mød op til strikkecafé tirsdag den 2. september kl. 15 – 17 i Vapnagård Bibliotek. Det er gratis at deltage, og biblioteket serverer kaffe, te og lidt sødt til ganen. Strikkecaféerne ligger fast den første tirsdag i måneden. Strikkecaféen er et samarbejde mellem Medborgercenter Syd og Helhedsplanen for Vapnagård.

frank



## Det gik helt i fisk

**FISKETUR:** Omkring 40 beboere fra Vapnagaard, Ellekildhave og Nøjsomhed fik sig en smuk og småvuggende oplevelse forleden aften på Øresund. Beboerrådgiver Michael Jørgensen havde som en del af helhedsplanen for Vapnagaard arrangeret en aftenfisketur på Øresund, hvor beboerne havde mulighed for at hive lidt godt op af det levende forråds-kammer. Og som det ses på billedet havde beboerne en smuk aften der ude på bølgen blå mellem Danmark og Sverige. Næste aftenfisketur ligger fredag den 19. september, hvor du igen har mulighed for – ganske gratis – at tage med ud at fiske fra Helsingør. Tilmelding sker hos Michael Jørgensen i Vapnagaard Servicecenter. (Foto: Arne Petersen)

## Kontakt & støtte

### TV/Internet

Teknisk support: Dansk Kabel TV på telefon 4332 4750, Pakkeskift: Boliggården på mail adm@boliggaarden.dk eller via brev til adressen Trækbanen 16, 3000 Helsingør, Tilkøb til din tv-løsning: YouSee på telefon 7070 4040

### Vapnagaards Socialrådgiver

Vapnagaards socialrådgiver, Kirsten Nørregaard, har til huse i servicecentret Hovmarken 7. Åben træffetid mandag 10-12, onsdag 13-15 og torsdag 14.30-17.

Derudover efter aftale. Tlf: 4925 2639/2694 5354

### Vapnagaards Beboerrådgiver

Vapnagaards beboerrådgiver, Michael R. Jørgensen har til huse i servicecentret Hovmarken 7. Træffes på 4925 2636 ell. mrj@boliggaarden.dk

### Støtte kontakt person team/SKP team

Har du eller din nabo brug for hjælp ved psykisk sygdom / misbrugsproblemer kan du kontakte socialpsykiatriens SKP team i Socialforvaltningens åbningstid.

### Ved psykisk sygdom:

Ani Brøgger, 49283352

### Ved misbrugsproblemer:

Jonas Jørgensen, 25 51 24 88/Sara Nørgaard, 2531 1295/Ernst Hansen, 2531 1600

### Sundhedsplejerskerne

Åbent hus, Gl. Vapnagaard:

hver fredag kl. 10 - 12.

Sundhedstjenesten tlf. 49 28 33 70.

**Tvillingetræf:** Sidste fredag i måneden kl. 12 - 14. Undtagen juli og december.

### Alkoholrådgivning

Helsingør Lænken, 49 22 13 00, Rytterbakken 6, kld.

### Akut teamet

Tilbud til psykisk syge med akutte problemer i aften- og nattetimerne. Telefon 70 26 87 00

Der er åbent alle ugens dage mellem klokken 16.00 og 7.00.

### Medborgercenter Syd

Projektleder Dorthe Daugaard Nielsen træffes i Servicenter, Hovmarken 7 mandage kl. 10-12 samt tirsdage kl. 15-17.

Henvendelse kan også ske på telefon: 2531 3901 eller mail: ddn69@helsbib.dk



## Pletskud fra BMX-stævne i Multiparken

**DRENGELEG:** Der var traditionen tro mødt masser af mennesker op i Multiparken i begyndelsen af juli måned, da der blev afholdt såkaldt BMX JAM.

Ifølge Jytte Olesen, som var på pletten med sit kamera og fik nogle gode skud af BMX-rytterne, er BMX-cykling bestemt værd at opleve.

Sideløbende med BMX-stævnet var der adskillige andre aktiviteter i Multiparken – blandt andet løbehjul, parkour og rulleskøjter.

Foto: Jytte Olesen



# Det aktive Vapnagaard

**AKTIVITETER:** Jazz-konserter, Cirkus Panik, aften-fiske-ture og familiedage. Aktiviteterne har været mangeartede hen over sommeren på Vapnagaard. Og løjerne fortsætter hen over efteråret.

Aktivitetsprogrammet for Vapnagaard i august, september og oktober byder på et væld af aktiviteter for unge såvel som ældre.

Fredag den 19. september bør de fiskeglade hanke op i stang og krog for at tage med ud på Øresund, når der er aften-fiske-tur for nybegyndere. Hele familien er velkommen til at tage med, men da der er et begrænset antal gratis pladser på turen gælder det om at være først til mølle. Tilmelding foregår hos beboerrådgiver Michael Jørgensen. Husk fisketegn til turen.

Søndag den 5. oktober afholdes der aktivitetsdag ved Laden. Her har du muligheden for at komme og se, hvad de forskellige foreninger og klubber på Vapnagaard laver. Her vil der være masser af aktiviteter i form af bingo, mini-loppemarked og meget andet. Alle er velkomne.

På Vapnagaards hjemmeside vapnet.dk samt Vapnagaards side på Facebook kan du løbende følge med i, hvilke aktiviteter der er på Vapnagaard. Du kan også holde øje med aktivitetsopslagene i Vapnagaard Servicecenter, hvis du ikke allerede har set hæftet med de forskellige aktiviteter i din opgang.

Du kan også hente hæftet i Vapnagaard Servicecenter.

frank



Børn og barnlige sjæle fik mange timers morskab ud af de glade gøglere fra Cirkus Panik. (Foto: Mikkel Frank).

## Ingen panik...

## Cirkus Panik er i byen

**SOMMERLIV:** Sturt, sturt nummer! Der blev jongleret, gået på line og kørt på et-hjulet cykel, da Cirkus Panik gæstede Vapnagaard i slutningen af børnenes sommerferie.

På pladsen ved Gl. Vapnagaard og Vapnagaard Servicecenter havde børn og barnlige sjæle muligheden for at kaste sig ud i alverdens cirkuskunster og akrobatik. Det tilbud tog flere børn fra Vapnagaard imod og blev efterhånden helt gode til at jonglere og balancere med roterende plastiktallerkner på en pind. Bravo!

Cirkus Paniks besøg var en del af de aktiviteter, som beboerrådgiver Michael Jørgensen har arrangeret som en del af helhedsplanen for Vapnagaard.



Zumba er en motionsform, der blander elementer fra dans og aerobic. Så forskelligartede dansestile som hip-hop, soca, samba, salsa, merengue og

## Det summer af zumba i Laden

**MOTION & SUNDHED:** Jennifer Lopez gør det. Halle Barry er med på dansedillen. Og Shakira kan slet ikke lade være.

Det er naturligvis motionsformen zumba, der er tale om – den højeenergiske motion, der blander elementer fra dans og aerobic, så kalorieforbrændingen sendes på himmelflugt med raket fart. Også i Laden er pulsen høj, tempoet hektisk og smilene mange. Der er for alvor dømt zumba til folket!

Her er Jennifer, Halle og Shakira blot byttet ud med navne som Jamila, Gudrun, Jelena og Amal, der alle som én

fortæller om herlighederne ved at være blandt de cirka 30 motionister, der for alvor danser igennem nogle gange om ugen.

- Jeg nyder rigtig meget at komme til zumba. Jeg håber faktisk, at der bliver zumba hver dag i Laden, for jeg er klar til zumba *hver dag!*, lyder det fra 29-årige Jamila Walizada, lige inden zumba-instruktøren sætter den hårdtpumpede latin-inspirerede musik i gang, og de fremmødte kaster deres kroppe rundt i rytmiske bevægelser.

- Yep! Yep! Yep!, lyder det fra instruktøren, mens danserne klapper i takt,

tempoet stiger, og smilene får et ekstra nøk opad.

### Supergodt i Laden

Jamila står i forreste række og er fuldstændig med på de hippe bevægelser og det hurtige tempo, der hurtigt får den friskrøde kulør frem i kinderne på kvinderne.

- Da jeg hørte, at der var zumba i Laden, skulle jeg bare herover. Det er sjovt – tiden løber bare af sted, fordi det er så sjovt, smiler Jamila.

Den samme følelse har 67-årige Lonnie Sørensen, der nyder de livligt pulseren-





mambo indgår i zumba. (Foto: Bendt Olesen).

### Af Mikkel Frank

de rytmer og bevægelser, som zumbaen byder på. Hun begyndte på zumba efter at have ligget på hospitalet for nogle år siden:

- Det har været supergodt for mig at gå til zumba her i Laden, og så er det en sjov måde at træne på. Jeg får styrket musklerne, og jeg har fået en langt bedre vejrtrækning – det hele er blevet arbejdet op via zumba, fortæller Lonnie og nævner sidegevinsten ved også at have lært mange nye ansigter at kende.

- Vi hilser gerne lige på hinanden, når vi mødes rundt omkring på Vapnagaard, og hører, hvordan det går. Det er rigtig

godt, understreger Lonnie, inden hun igen kaster sig over de højenergiske danserytmer ude på det godt fyldte trægulv. For 31-årige Jelena Gavrilovic lyser det ud af hendes flotte, brede smil, at det er rendyrket fornøjelse at danse zumba. Og udover den enorme glæde får hun også en lille sidegevinst med hjem.

- Når man vil tabe sig, er det godt med zumba. Og så får man samtidig en masse motion. For mig har zumbaen hjulpet mod træthed, og det har givet mig mere energi, lyder det igennem hendes smittende smil.

- Og så kan jeg godt lide musikken, gri-

### Kort om zumba:

Zumba er en motionsform, der blander elementer fra dans og aerobic.

Zumba blev udviklet af den colombianske danser og koreograf Alberto 'Beto' Perez i 1990'erne. Så forskellige dansestile som hip-hop, soca, samba, salsa, merengue og mambo indgår i zumba. Omkring 14 millioner mennesker verden over går ugentligt til zumba i mere end 150 lande.

Zumba i Laden finder sted mandag, tirsdag og onsdag.

Ordet zumba er sandsynligvis dannet ud fra det spanske udtryk 'zumbiar', der betyder noget i retning af 'summe, brumme'.

I dag bugner butikkerne af alt muligt udstyr til zumba – dvd'er, cd'er, tøj, computerspil, håndvægte og meget andet.

Kilde: Wikipedia + ordnet.dk

ner hun og peger ind mod salen i Laden, da et par ekstra smægtende latinske rytmer bliver 'smidt på grammofonen' og brager løs over musikanlægget.

### Man bliver afhængig

For 40-årige Amal Fakih er zumbaen på Vapnagaard første gang, hun på egen krop stifter bekendtskab med den sveddryppende motionsform. Det var hendes nabo og gode veninde, der i sin tid lokkede hende med til zumba-træningen. Det har hun bestemt ikke fortrudt.

- Jeg går ikke til gymnastik eller går ture, så zumbaen er godt for mig, fordi jeg her får pulsen op og får lidt motion. Jeg kan også mærke, at jeg bliver bedre og bedre til zumba fra gang til gang. Og så synes jeg, at det er flot at kigge på, når holdet danser zumba – jeg kan godt lide bevægelserne. Folk skal komme og prøve det, for det er rigtig sjovt, smiler Amal.

Eller som 54-årige Gudrun Sverrisdottir udtrykker det:

- Når man har været her et par gange, bliver man afhængig af det, fordi det er så sjovt.

Der er zumba i Laden mandag, tirsdag og onsdag.

## AfroPowerDance er tilbage

**DANS & MOTION:** Trænger du til igen at bevæge kroppen lidt efter sommerferien, har du snart muligheden for atter at swinge hofterne til energiske afrikanske rytmer.

Det sker, når AfroPowerDance starter op efter ferien onsdag den 13. august kl. 16 – 16.30. Den energiske dans finder sted i Laden, Gl. Vapnagaard og er en del af den sociale helhedsplan for Vapnagaard.

AfroPowerDance, onsdag kl. 16 – 16.30, Laden, Gl. Vapnagaard, Hovmarken 8.

## FVU dansk for voksne

**DANSKUNDERVISNING:** Fra onsdag den 13. august og onsdagene fremover er der igen danskundervisning for voksne – såkaldt FVU (Forberedende Voksenundervisning). Undervisningen finder sted på Vapnagaard Bibliotek, Hovmarken 7, kl. 9.30 – 13.10.

Det er LOF og Medborgercenter Syd, der står som arrangører af undervisningen.

FVU dansk for voksne, onsdage kl. 9.30 – 13.10, Vapnagaard Bibliotek, Hovmarken 7 (Begynder onsdag den 13. august).

## Præsentation af Digital Postkasse

**DIGITAL POST:** Som du sikkert allerede har opdaget, foregår mere og mere kommunikation via e-mail, e-Boks og andre lignende elektroniske medier. Digital Postkasse er en af disse elektroniske muligheder.

Tidsfristen for at tilmelde sig Digital Postkasse nærmer sig (det er den 1. november 2014). Skulle der være nogle, der ikke lige har fået tilmeldt sig og måske heller ikke er helt fortrolige med, hvordan og ikke mindst hvorfor man skal tilmelde sig Digital Postkasse, er der hjælp at hente.

Arrangementet 'Præsentation af Digital Postkasse' med de Digitale guider foregår torsdag den 4. september kl. 10-12 i Servicecenteret i Vapnagaard, Hovmarken 7. De praktiske spørgsmål vedr. Digital Postkasse kan man så efterfølgende få hjælp til i IT-cafeen.



Der er indtil videre gode erfaringer med videoovervågningen ved Vapnagaard Servicecenter og Gl. Vapnagaard.

# Gode erfaringer med videoovervågning på Vapnagaard

**OVERVÅGNING:** Større tryghed og forbedret sikkerhed for beboerne på Vapnagaard har hele tiden været hovedformålet med de 'vågne øjne', der i form af en flok videokameraer nu i over et halvt år har været monteret strategiske steder ved Gl. Vapnagaard og Servicecenteret.

Allerede nu ser det ud til, at erfaringerne fra videoovervågningen er gode. Gl. Vapnagaard og Vapnagaard Servicecenter har i hvert fald været forskånet for den slags hærværk, som tidligere skyllede som en bølge ind over netop denne del af Vapnagaard. Det er også vurderingen fra Per Olsen, formand for Fællesbestyrelsen på Vapnagaard:

- Det har absolut været en god ting med videoovervågning. Vi har fået en dæmpning af de kedelige optøjer ved Gl. Vapnagaard og Servicecenteret. Det er også min klare opfattelse, at overvågningen har gjort, at hærværksbarometeret for det område ikke er røget i vejret. Så alt i alt har videoovervågningen efter min vurdering haft en afskrækkende virkning på de personer, der ellers har udvist en kedelig optræden, lyder det fra Per Olsen.

### Ingen udvidelse af overvågningen

Flere beboere på Vapnagaard har henvendt sig til Vapnagaard Nyt for at høre nærmere om, hvorvidt videoovervågningen bliver udbygget til andre områ-

der på Vapnagaard.

Ifølge Per Olsen er der ikke aktuelle planer om at udvide videoovervågningen. - Som det ser ud nu, påtænker vi ikke at brede videoovervågningen ud til hele Vapnagaard. Omkostningerne ved at udbrede det til hele vores boligområde ville være så store, at det ville smitte betragteligt af på huslejen. Vores vurdering i Fællesbestyrelsen er også, at effekten af den udvidede overvågning ikke vil stå mål med de enorme omkostninger, der er forbundet med at etablere et fuldt udbygget overvågningssystem. Desuden vil vi ikke plastre hele Vapnagaard til med overvågning, fortæller Per Olsen til Vapnagaard Nyt.

Til gengæld peger Per Olsen på, at det løbende vurderes, om der skal ske justeringer og optimeringer af videoovervågningen ved Gl. Vapnagaard og Laden. På den anden side af Kongevejen, nærmere betegnet i Nøjsomhed, har man gode erfaringer med et udbygget system af videoovervågning. John Agreggaard, afdelingsformand i Nøjsomhed, fortalte tidligere på året til beboerbladet Tagrygen, at hærværksudgifterne i Nøjsomhed for nogle år siden styrtdykkede fra omkring 100.000 kroner om måneden til et leje omkring de 10.000 som følge af videoovervågning udvalgte steder i området.

**Tekst og foto: Mikkel Frank**

# Navne



## Søulken fyldte 70

*FESTDAG: Der var fest og stemning i Laden fredag den 4. juli. Den dag havde Rasmus Winther nemlig valgt at fejre sin 70 års fødselsdag. Derfor var familie, venner og bekendte mødt op i Laden med gaver og festtaler i favnen for at hylde næstformanden for Fællesbestyrelsen på Vapnagaard. (Foto: Bendt Olesen).*



## Klaus Jelle blev fejret

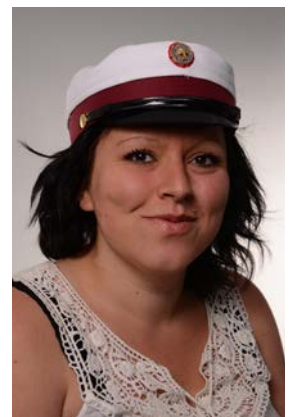
*FESTDAG: Onsdag den 18. juni 2014 blev i sandhed noget af en festdag for Klaus Jelle Christensen. Den dag fyldte han nemlig 70 år og havde i den anledning inviteret familie, venner og bekendte til fejring af sin runde fødselsdag. Også Vapnagaards fotograf Bendt Olesen var til stede for at forevige fejringen af Klaus Jelle. (Foto: Bendt Olesen)*

## Studenter

**NAVNE:** Det var en glad og stolt Annette Lind Andersen fra Hestens Bakke, der forleden besøgte Vapnagaard Nyt. Hun kan nemlig både bryste sig af at være HF-student fra HF og VUC Nordsjælland samt glæde sig over at være blevet optaget på Laborantskolen i Hillerød. Den 1. september går det løs for Annette i Hillerød, hvor hun igennem to et halvt år skal prøve kræfter med Laborantskolens udfordringer. Hendes mål er på sigt at tage en bachelor inden for laborantfaget.



**NAVNE:** Pernille Rosborg fra Hestens Bakke har taget STX fra Espergærde Gymnasium – STX er en nyere forkortelse for studentereksamen. To-kronen i Pernilles hue betyder økonomisk lykke i fremtiden, og det er hendes mor, som har sat den i - for det må man ikke selv, lyder traditionen.



Politiskolen er det langsigtede mål for Pernille, og hun er allerede gået i gang med de fysiske forberedelser til at komme ind. Som trædesten til at komme ind på Politiskolen vil Pernille gerne ind på en af landets politihøjskoler, hvor undervisningen er målrettet optagelse på den egentlige Politiskole.

# Navne



Marie-Louise og Rudolph Thomsen. (Foto: Bendt Olesen).

## Guldbryllup

NAVNE: 50 år i ægteskabets tegn. Så meget er det indtil videre blevet til for Marie-Louise (også kaldet 'Søs') og Rudolph Thomsen fra Hestens Bakke. Den slags markante begivenheder skal naturligvis fejres. Og Marie-Louise og Rudolph blev behørigt fejret med æresport, hornmusik og syngende mor-

gængæster ved hoveddøren på Hestens Bakke lørdag den 26. juni 2014. Et stort tillykke skal også lyde her fra Vapnagaard Nyt, hvis fotograf var så frisk og morgenduelig, at han havde listet sig ud af fjerene for at forevige det smukke guldbryllup og de fremmødte gæster. Det er så yndigt at følges ad ...

## Ny inspektør

NAVNE: 36-årige Jan Poulsen er netop tiltrådt som ny byggeteknisk inspektør på Vapnagaard.

Til daglig kan du finde Jan Poulsen på sit kontor i Vapnagaard Servicecenter. Han tager sig eksempelvis af ansøgnin-ger vedrørende ombygninger af lejlig-heder – hvis du vil rive en væg ned, eller blænde en dør af for eksempel.

Jan har tidligere arbejdet inden for det byggetekniske område i boligselskabet Bo-Vest på Københavns vestegn, og han er oprindeligt uddannet maler og byggeteknisk konstruktør. Derudover har Jan Poulsen været ansat i Slots- og Ejen-domsstyrelsen samt ved Thule Air Base på Grønland, hvor han var beskæftiget på det sikkerheds- og arbejdsmiljømæs-sige område.

Jan kommer fra en stilling som drifts-chef ved boligforeningen 3B i Køben-havn. Privat bor han i Smørumnedre med sin kone og sine to børn.

Jan Poulsen overtager dermed stillingen som byggeteknisk inspektør efter Lasse Ahrensberg Honoré, der fratrådte sin stilling ved udgangen af juni måned.



Ny byggeteknisk inspektør, Jan Poulsen. (Foto: Mikkel Frank)



**SE OS PÅ KANAL HOVEDSTADEN**

onsdag kl. 8 - 9, 11 - 12 & 22 - 24  
torsdag kl. 13- 14  
fredag kl. 8 - 9 & 15 - 17  
søndag kl. 10 - 12

**SE MERE PÅ TVKRONBORG.DK**

# Navne

## Nye gartnere

**NAVNE:** Jens Peter Spuhr Schubell starter som ejendomsfunktionær i gartnerafdelingen på Vapnagaard den 1. juli 2014. Pr. 1. juli 2014 flytter ejendoms-

funktionær Linda H. Jensen fra afsnit 2 til gartnerafdelingen på Vapnagaard ligesom ejendomsfunktionær Thomas Larsen flytter fra afsnit 3 til gartnerafdelingen.



Winnie Holm (i midten) fra Horsedammen fyldte 70 år omgivet af sin lillesøster, June Kring og sin svoger, Bjarne Kring fra Hornbæk. (Foto: Bendt Olesen)

## 70 år

**NAVNE:** Winnie Holm fra Horsedammen har rundet et af livets skarpe hjørner. Mandag den 23. juni fyldte hun 70 år, og det blev fejret på selve dagen med familie og venner, som Winnie havde inviteret hjem til brunch i sin lejlighed. Nogle dage efter (lørdag den 28. juni) havde Winnie Holm atter inviteret den nærmeste familie og nogle venner til fejring af sin 70 års fødselsdag – denne

gang akkompagneret af rød løber, levende lys og et festdækket bord i Horsedammens festlokale.  
- Den dag satte jeg alle sejl til. Det var en kanon fest. SÅ fantastisk, lyder det med smil i stemmen fra Winnie Holm, da Vapnagaard Nyt fanger hende over telefonen.  
Et stort tillykke til Winnie!



Egon Sørensen trådte af som kasserer i Vapnagaards fællesbestyrelse i 2012, her er det formand Per Olsen der takker for de mere end 25 år Egon Sørensen deltog i beboerdemokratiet. (Foto: Bendt Olesen).

## Dødsfald

**MINDEORD:** Egon Sørensen, Hestskoens døde den 30. juli efter en svær periode med sygdom. Egon Sørensen blev 78 år.

Egon ydede gennem mange år et værdsat og arbejdsomt bidrag til fællesskabet, som beboerdemokrat og frivillig. Egon har i sin tid på Vapnagaard været engageret i mange forhold. Især det tekniske lå hans hjerte nær. Som formand for teknisk udvalg og som formand for antenne-/tv-udvalget lagde han et stort arbejde i, at de fysiske rammer på Vapnagaard var tidssvarende og af høj kvalitet.

Egon var også kasserer i fællesbestyrelsen, og i 16 år var han ligeledes medlem af Boliggårdens hovedbestyrelse.

Egons engagement, vid og kontante facon vil blive savnet.

Ære være hans minde.

---

**Har du en begivenhed, du vil have omtalt i Vapnagaard Nyt, så sendt tekst og foto til [mif@boliggaarden.dk](mailto:mif@boliggaarden.dk)**  
**Du kan også indlevere din tekst og dit billede i bladets postkasse i Vapnagaard Servicecenter**

---

# Beboerinformation

## BOLIGGÅRDEN

Trækbanen 16 B. Tlf. 49 21 11 04  
 Åbent daglig for pers. henv. og på telefon kl. 10 - 14. Torsdag tillige kl. 14 - 17.  
 Inspektør tlf.tid kl. 8-9 og efter aftale.  
 Onsdag lukket for pers. henv.  
 E-mail: [adm@boliggaarden.dk](mailto:adm@boliggaarden.dk)  
 web: [www.boliggaarden.dk](http://www.boliggaarden.dk)

## VAPNAGAARD SERVICECENTER

Hovmarken 7 Tlf. 49 25 26 27  
 Fax. 49 22 03 00 web: [www.vapnet.dk](http://www.vapnet.dk)  
 E-mail: [vapnagaard@boliggaarden.dk](mailto:vapnagaard@boliggaarden.dk)  
 Åbent: Mandag, onsdag, torsdag og fredag kl. 8 - 17. Tirsdag kl. 8 - 19.  
 Lukket lør. og søn.  
 Inspektørerne har tlf.tid daglig kl. 8 - 9, hvor Christian Langberg: [chl@boliggaarden.dk](mailto:chl@boliggaarden.dk), Stig Hansen: [stig@boliggaarden.dk](mailto:stig@boliggaarden.dk) eller Jan Poulsen: [jan@boliggaarden.dk](mailto:jan@boliggaarden.dk) kan kontaktes.  
 Kontorass. Anette Winther:  
[aw@boliggaarden.dk](mailto:aw@boliggaarden.dk) træffes dagl. kl. 10 - 14.  
 Kontorass. Marianne Roggenkamp:  
[mar@boliggaarden.dk](mailto:mar@boliggaarden.dk)  
 Projektleder Michael R. Jørgensen:  
[mrj@boliggaarden.dk](mailto:mrj@boliggaarden.dk)  
 Socialrådgiver: Kirsten Nørregaard:  
[kn@boliggaarden.dk](mailto:kn@boliggaarden.dk)  
 Infomedarb. Jacob Jürs:  
[jj@boliggaarden.dk](mailto:jj@boliggaarden.dk)  
 Infomedarb. Mikkel Frank  
[mif@boliggaarden.dk](mailto:mif@boliggaarden.dk)  
 Kvik-Service kl. 8 - 10 og kl. 14 - 17 / 19

## VARMEMESTERKONTORET

Blishøj 18, kld. Tlf. 49 25 26 13  
 Varmemester: Carsten Jørgensen  
[varme-vap@boliggaarden.dk](mailto:varme-vap@boliggaarden.dk)  
 Telefontid kl. 11 - 11.30  
 Kontortid kl. 11.30 - 12

## DE 3 SERVICEAFSNIT

Tlf. henvendelse til afsnittene  
 49 25 26 27 kl. 11 - 11.30.  
 Kontortid kl. 11.30 - 12.

## SERVICEAFSNIT 1

for adresserne Hestens Bakke og Spore-gangen. Kontor: Sporegangen 7, kld.  
 Ejendomsfører Allan Pedersen  
 E-mail: [vap1@boliggaarden.dk](mailto:vap1@boliggaarden.dk)

## SERVICEAFSNIT 2

for adresserne Hovmarken, Rytterbakken, Horsedammen og Ponydalen.  
 Kontor: Horsedammen 12, kld.  
 Ejendomsfører Jan Thomsen  
 E-mail: [vap2@boliggaarden.dk](mailto:vap2@boliggaarden.dk)

## SERVICEAFSNIT 3

for adresserne Blishøj, Folehaven, Hesteskoen og Piskesmældet.  
 Kontor: Folehaven 9, kld.  
 Ejendomsfører René Olsen  
 E-mail: [vap3@boliggaarden.dk](mailto:vap3@boliggaarden.dk)

## SERVICEORDNINGEN

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

### SSG Skadesservice 7021 0371

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

## FÆLLESBESTYRELSEN

**FORRETNINGSUDVALGET:** Form.:  
 Per Olsen, Hestens Bakke 1,2. tv. tlf. 25 26 40 66  
[pbo@vapnet.dk](mailto:pbo@vapnet.dk)  
 Næstform.: Rasmus Winther,  
 Rytterbakken 12, st. Tlf. 49 22 13 39  
[naestfmd@vapnet.dk](mailto:naestfmd@vapnet.dk)  
 Kasserer: Kaj Larsen,  
 Horsedammen 3, 1.th. Tlf. 49 25 26 24  
[kajlarsen@vapnet.dk](mailto:kajlarsen@vapnet.dk)  
 Sekretær: Grethe Leerbech,  
 Piskesmældet 7, 2.th. Tlf. 49 25 26 25  
[referat@vapnet.dk](mailto:referat@vapnet.dk)

## VAPNAGAARDS HJEMMESIDE

[www.vapnet.dk](http://www.vapnet.dk)

## VTV HJEMMESIDE

[www.vtv.dk](http://www.vtv.dk)

## OMRÅDEBESTYRELSENE

### OMR. 71, HESTENS BAKKE ØST

Blok 1, 2, 3, 4, 5  
 Formand: Birger Pedersen,  
 Hestens Bakke 8, 2. th.  
 Mobil 60 13 30 02.  
 Kontor: Hestens bakke 12, kld.  
 E-mail: [omr.71@vapnet.dk](mailto:omr.71@vapnet.dk)  
 Bestyrelsen træffes 1. tirs. hver måned  
 kl. 19 - 20. (tlf. 4925 2601)

### OMR. 72, HESTENS BAKKE VEST

Blok 6, 9, 12, 15, 18  
 Formand: Sussi Kabat  
 Hestens Bakke 36, st.tv.  
 Kontor: Hestens Bakke 36, kld.  
 E-mail: [omr.72@vapnet.dk](mailto:omr.72@vapnet.dk)  
 Bestyrelsen træffes 1. tir/mdr. kl. 19 - 20

### OMR. 73, SPOREGANGEN ØST

Blok 7, 8, 10, 11  
 Formand: Jytte Zwisler,  
 Sporegangen 18, st. th. tlf 61 86 69 97  
 Kontor: Hestens Bakke 1, kld.  
 E-mail: [omr.73@vapnet.dk](mailto:omr.73@vapnet.dk)  
 (tlf. 4925 2603)

### OMR. 74, RYTTERBAKKEN

Blok 23, 24, 27, 28, 29  
 Formand: Ole Karlsson  
 Hovmarken 2, 1.th.  
 Kontor: Hovmarken 6, kld.  
 E-mail: [omr.74@vapnet.dk](mailto:omr.74@vapnet.dk) (tlf. 4925 2604)

### OMR. 75, HORSEDDAMMEN

Blok 34, 35, 38, 39, 40, 41  
 Formand: Anje Holmstad,  
 Horsedammen 17, st.th. Tlf. 2323 0737.  
 Kontor: Horsedammen 18, kld.  
 E-mail: [anje@vapnet.dk](mailto:anje@vapnet.dk)

### OMR. 76, PONYDALEN

Blok 46, 47, 50, 51, 52, 53  
 Formand: Rie Skjoldemose,  
 Ponydalen 9, st. th. Tlf. 49 22 42 40.  
 Kontor: Ponydalen 9, kld.  
 E-mail: [omr.76@vapnet.dk](mailto:omr.76@vapnet.dk)  
 Bestyr. træffes første tors. hver måned  
 kl. 18.30 - 19. (tlf. 4925 2606)

### OMR. 77, PISKESMÆLDET

Blok 48, 49, 54, 55, 56, 57  
 Fungerende formand: Birthe Aggebo  
 Telefon til formand 4158 2726  
 Kontor: Piskesmældet 12, kld./4925 2607  
 E-mail: [omr.77@vapnet.dk](mailto:omr.77@vapnet.dk)  
 Bestyrelsen træffes efter aftale

kl. 18 - 18.30. (tlf. 4925 2607)

### OMR. 78, HESTESKOEN

Blok 36, 37, 42, 43, 44, 45  
 Formand: Klaus J. Christensen  
 Hesteskoen 3, st. th. Tlf. 49 22 12 92  
 Kontor: Hesteskoen 12, kld.  
 E-mail: [omr.78@vapnet.dk](mailto:omr.78@vapnet.dk). Kontortid:  
 1. onsdag hver måned kl. 18.30 - 19.  
 (tlf. 4925 2608)

### OMR. 79, FOLEHAVEN

Blok 25, 26, 30, 31, 32, 33  
 Formand: Randi Raaby, 2622 3926  
 Kontor: Blishøj 7, kld.  
 Best. træffes den 1. ons./mdr. kl. 18.30 - 19  
 E-mail: [omr.79@vapnet.dk](mailto:omr.79@vapnet.dk) (tlf. 4925 2609 - på hverdag 18-18.30).

### OMR. 80, BLISHØJ

Blok 19, 20, 21, 22  
 Formand: Marianne Olsen  
 Blishøj 16, st. tv. Tlf. 2690 9031  
[arendtolsen@hotmail.com](mailto:arendtolsen@hotmail.com)

### OMR. 81, SPOREGANGEN VEST

Blok 13, 14, 16, 17  
 Formand: Klaus Poulsen,  
 Sporegangen 4, st. tv. Tlf. 26 20 45 99  
 Kontor: Sporegangen 4, kld.  
 E-mail: [omr.81@vapnet.dk](mailto:omr.81@vapnet.dk)

## UDLEJNING OG UDLÅN

Gl. Vapnagaard  
 Priser for udlejning på gården:  
 1. sal m. anretterkøkken (max. 40 pers.):  
 Beboere: 750 kr. Dep. 1.000 kr.  
 Andre: 1.500 kr. Dep. 1.500 kr.  
Laden med anretterkøkken:  
 Beboere: 1.500 kr., dep. 2.000 kr.  
 Andre: 3.000 kr., dep. 3.000 kr.  
 Max. 300 pers. Service til 100 pers.  
 Tlf. 49 25 26 27  
 Andre kan højst reservere ½ år frem.

## VÆBNER - CAFÉEN

Gl. Vapnagaard, Hovmarken 8. Tlf:  
 4925 2640 eller 4925 26 27 (omstilling)  
 Åbningstider: Tors og fre kl. 17.30 - 21.  
 Køkkenet lukker kl. 20.  
 Bordbestilling tlf. 49 25 26 40 torsdag og fredag  
 fra kl. 14.  
 Menu: se Tekst TV. Lukket helligdage.

## SENIOR CENTER

Udlejning for +55 ved Kurt Mortensen 60440402  
 Udlån af trækvogn ved til- og fraflytning m.m.:  
 kontakt ejendomskontoret kl. 11.30 - 12 for  
 udlevering af nøgle samt for evt. adgang ved  
 bomme og steler.

## KLUBBER OG FORENINGER

### AKTIVGRUPPEN

Kontakt: Kirsten Johansen 49 21 15 46

### VAPNAGÅRDS FESTUDVALG

Kontaktpersoner:  
 Birger Pedersen, mobil 60 13 30 02  
 Kasserer: Jytte Zwisler 49 22 69 97  
 Mobil 61 86 69 97

### SUNDHEDSAMBASSADØRERNE

Marlis Andersen, tlf: 2829 2866  
[marlisandersen@hotmail.com](mailto:marlisandersen@hotmail.com)

### STYRK DIN KROP

Man. kl. 10 - 12 i Laden,

# Beboerinformation

Gl. Vapnagaard  
Kontakt: Connie Bechgaard 49 13 30 72

**FOLEHAVENS BILLARDKLUB**  
Folehaven 1, st, th. Torsdag kl. 19 - 22.  
Kontaktperson: Knud Johansen,  
tlf. 26 78 65 79.

**HAMLET RUGBYKLUB**  
Hovmarken 3, kld. Træning sommer  
tirs og tors kl. 18 - 19.30 i drengesalen  
Helsingør Gymnasium. Kontaktperson: Andy Jones,  
Gefionsvej 87, tlf. 26 80 20 87.

**FIBROERNE**  
Hestens Bakke 12, kld. 1. tors./mdr.  
kl. 13.30 - 16. Kontaktp.: Anita Pedersen,  
Hestens Bakke 8, 2. th. Tlf. 28 74 95 44

**VAPNAGAARD BILLARDKLUB**  
Hesteskoen 15, kld. tirs. kl. 19.30 - 23.  
Kontakt: Formand Liselotte Nielsen,  
Ponydalen 2, st. th. tlf. 50 90 92 04  
og Grethe Sigersted tlf. 49 22 28 19

**HELS. GYMNASTIK FORENING**  
Rytterbakken 9, kld. Onsdag kl. 19.00.  
Kontaktperson:  
Søs Hougaard, Rosenvænget 4 B,  
3000 Hels. Tlf. 24 47 08 74

**DEN TYRKISKE KULTURCAFÉ**  
Hulen, Gl. Vapnagaard  
Man. 16 - 22, tirs. 10 - 16.30. Ons. lukket. Tors.  
17 - 22, fre. 16 - 22, lør. 11 - 22 og søn. 11 - 21

**Brimir Aktivt Rollespil Nordsjælland**  
Horsedammen 3, kld. Mødetid: kontakt  
formand: Kirstine Kromborg, Thors-vænget 8,  
3000 Hels. Tlf. 23 95 73 32  
kirs\_wicca@hotmail.com

**KRONBORG Linedance**  
Laden, tirs. kl. 18-22 og man. i ulige uger  
Kontakt Susanne Nielsen tlf. 26 17 05 90,  
e-mail: susnielsen58@gmail.com og Lone  
Nilsson tlf. 49 22 10 51.

**SENIORKLUBBEN "DET GRÅ GULD"**  
SeniorCentret, Hestens Bakke 43  
Onsdag kl. 13 - 16.  
Sommerferie 26/5 - 1/9  
Tlf.: 2239 2030  
Form: Anette Krone  
anettekroner@yahoo.dk

**SIND, Helsingør lokalforening og klub**  
Hestens Bakke 21, kld. www.sind.dk  
Tlf. 49 20 27 21 med telefonsvarer.  
Åben onsdag kl. 14 - 17 i lige uger indtil 31/7-10.  
Rådgivning 1. man. /måned kl. 15 - 17.

**FDF Frivillige Dreng- og Pigeforbund**  
Rytterbakken 12, kld. Kontaktperson:  
Ivan Pedersen tlf. 49 22 05 23

**VAPNAGAARDGRUPPEN**  
Værksted for kunstnere, Folehaven 18, kld. Træf-  
feti: 1. tirsdag/mdr. kl. 14 - 14.30.  
Formand: Kirsten Christiansen  
Tlf. 4976 5101 Mobil 20218874

E-mail: kirsten.christiansen@stanfo.dk  
Kontaktpers.: Johnnie Jensen, Blishøj 8, 3. th,  
40 44 79 51

**VFK - 72 Vapnagård Fodboldklub**  
Blishøj 6, kld. Kontaktperson: Jesper Christensen,  
tlf. 20 89 35 00. www.vfk72.dk

**FKF - 96 FODBOLDKLUB**  
Hesteskoen 18, kld. Form.: Selahattin Taspinar  
49 22 35 52. Mobil 20 26 80 33

**VAPNAGAARD TV (VTV)**  
Vapnagård ServiceCenter, Hovmarken 7.  
Tlf. 49 25 26 38.  
Hjemmeside: <http://vtv.dk>  
Email: [vtv@vtv.dk](mailto:vtv@vtv.dk)  
Formand: Ole Karlsson, tlf. 26 35 14 45  
E-mail: [formand@vtv.dk](mailto:formand@vtv.dk)  
\* Udsendelse daglig kl. 9, kl. 17 og kl. 21  
\* Meddelelser til Tekst TV og Infokanalen  
afleveres i Vapnagaard ServiceCenter eller på  
e-mail [vtv@vtv.dk](mailto:vtv@vtv.dk)

**DANSKE HANDICAPORGANISATIONER**  
SeniorCentret, Hestens Bakke 43.  
Formand: Kurt Mortensen,  
Hestens Bakke 14 st.tv. mobil 60440402  
[k.mortensen@vapnet.dk](mailto:k.mortensen@vapnet.dk)

**HJERNESAGEN - TRÆF FOR PÅRØRENDE**  
Åbent hus hver måned i SeniorCentret Hestens  
Bakke 43.  
Kontakt: Lisbet Kragh, tlf. 61 26 10 09.

[lisbetkragh@hotmail.com](mailto:lisbetkragh@hotmail.com)

**GULD - QUILTERNE**  
Seniorcentret, Hestens Bakke 43  
Onsdag kl. 10 - 15  
Kontaktpersoner:  
Lea Søgaard Leo tlf. 41 45 35 23  
og Berit Petersen tlf. 22 20 42 12  
onsdag kl. 10 - 15.

**SLÆGTSFORSKNING**  
Seniorcentret, Hestens Bakke 43  
Tirsdag kl. 9 - 12 i ulige uger:  
11/2, 25/2, 11/3, 25/3, 8/4 2014  
Kontaktperson: Anne-Grethe Kolstrup, tlf. 30 42  
08 65, E-mail: [annegrethe.kolstrup@stofanet.dk](mailto:annegrethe.kolstrup@stofanet.dk)

**BINGO I LADEN kl. 19**  
Mandag i lige uger, Aktivgruppen.  
Torsdag hver uge, Festudvalget.

**LÆNKEN**  
Alkoholrådgivning - hjælp til selvhjælp  
Rytterbakken 6, kld. Tlf. 49 22 13 00.  
Man. og tors. kl. 16 - 20. [www.laenken.dk](http://www.laenken.dk)  
[helsingorlaenken@vapnet.dk](mailto:helsingorlaenken@vapnet.dk)  
Formand: Uffe Eriksen tlf. 60 68 36 30.  
Kontaktmedarbejder: Flemming  
Christiansen tlf. 21 28 80 67

Få overblik over alle kontakter og læs meget mere om Vapnagaard på:

**www.vapnet.dk**



Du kan også følge os på facebook.

Her finder du dagligt opslag, nyheder og en livlig debat mellem beboere.

Find os ved at søge: vapnagaard

## Faste arrangementer

**Zumba**  
Mandage kl. 16.30-17.30 (lige uger dog  
kun til 17.15)  
Tirsdage (kun for kvinder) kl. 9-10  
Onsdage kl. 16.30-17.30, herefter af-  
spænding til kl. 18.  
Laden, Gl. Vapnagaard, Hovmarken 8  
**Bingo (Aktivgruppen)**  
Mandage i lige uger kl. 19-21.30  
Laden, Gl. Vapnagaard, Hovmarken 8  
**Bingo (Festudvalget)**  
Torsdag kl. 19-21.30  
Laden, Gl. Vapnagaard, Hovmarken 8

**Afropower-Dance**  
Onsdage 16.00-16.30  
Laden, Gl. Vapnagaard, Hovmarken 8  
**Afspændingsgymnastik for kvinder**  
Fredage 9.00-10.00  
Laden, Gl. Vapnagaard, Hovmarken 8  
**Det Grå Guld**  
Onsdage kl. 13-16  
Seniorcentret, Hestens Bakke 43  
**Lektiecafé**  
Onsdage kl. 14-18  
Vapnagård Bibliotek, Hovmarken 7

**Sundhedsplejerskerne - Åbent hus**  
Fredage kl. 10-12  
Helsingør Kommunes Sundhedsplejersker.  
Gl. Vapnagaard, Hovmarken 8  
**Rytmik og Tumlerier,**  
**Træning for barn og mor**  
Fredage kl. 10.05-11.05  
Laden, Gl. Vapnagaard, Hovmarken 8

Har du et arrangement, der skal på den  
faste liste, så henvend til redaktionen:  
[jj@boliggarden.dk](mailto:jj@boliggarden.dk) eller 5182 6694



En meget rørt Gitte Petersen fik forleden favnen fuld af flora, da Vapnagaard Nyt overrakte hende 'Min gode nabo'-buketten. (Foto: Mikkel Frank)

## Gitte er en af Vapnagaards gode naboer

**NABOSKAB:** Det er en sand lovprisning, der strømmer fra Ditte Ploug Christensen i hendes indstilling til en god nabo, der fortjener at få Vapnagaard Nyts 'Min gode nabo'-buket.

Ditte har indstillet Gitte Petersen fra Hovmarken med blandt andet følgende ord:

- Gitte er så rar, og modtog mig så flot og åbent, da jeg startede med et lille hej. Har siden fået den bedste behandling af hende og hendes forlovede, skriver Ditte Ploug Christensen.

Det gode naboskab med Gitte Petersen består ifølge Ditte også af adskillige kopper kaffe, en del mad, flere besøg, nogle telefonsamtaler, godt samvær og ikke mindst varme smil fra Gitte.

- Gitte er altid ærlig, givende, respektfuld og en meget kærlig nabo, forklarer Ditte Ploug Christensen.

Det varmer om hjertet at høre om den slags naboskab. Tillykke til Gitte Petersen!

frank

Jeg synes at (skriv navn) \_\_\_\_\_

(adresse) \_\_\_\_\_

skal have 'Min gode nabo'-blomsten, fordi: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Indsender (Dit navn og telefonnummer) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Udfyld denne kupon og aflever den i Vapnagaard Servicecenter, hvis du har en god nabo, der fortjener anerkendelse