

Høje Gladsaxe Bladet 3

Juni 2026

- SANKT HANS FEST
- Loppemarked
- "Gå til tomat" i Spireriet



COVERSOUND



LIVEBANDET MED SJÆL OG SIKRE HITS

**VI HAR SAMLET ALLE DE BEDSTE DANSENUMRE,
DER MED GARANTIVIL FÅ GANG I BÅDE
STEMNINGEN OG DANSEGULVET.**

**SPILLER TIL SANKT HANS DEN 23. JUNI 2026
I HØJE GLADSAXE KL. 19**



Fællesdriftens Aktivitetsudvalg

SANKT HANS FEST

**På bålpladsen 23. juni
kl. 16.00-22.00**

Grillene tændes 16:30, så tag jeres mad med ned og få en hyggelig aften sammen med de andre beboere. Der vil være mulighed for køb af øl, vand, vin, chips, is, pølser m.m. i HGI's bod, så kom ned og støt dem. Fællesdriftens Aktivitetsudvalg vil stå for salg af popcorn. Musikken bliver i år leveret af bandet COVERSOUND.

Ca. tider (kan blive ændret)

16:00 Salgs boderne åbner

16:30 Grillene tændes

19:00-22:00 COVERSOUND (pauser indlagt)

19:45 Båltale v. Borgmester Serdal Benli

20:00 Bålet tændes og Sankt Hans sang



Aktivitetskalender Fællesdriften

Aktiviteter

23. juni

Sankt Hans aften

20. september

Deadline HG bladet

1. oktober

HG bladet udkommer

Mange flere aktiviteter
under Vores HG og Pulsen



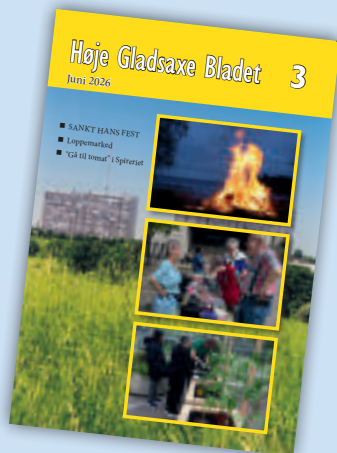
Høje Gladsaxe Bladet

Nr. 3 omdeles torsdag 11. juni. Såfremt noget ekstraordinært ikke indtræffer, er der deadline for nr. 4 2026 søndag 20. september, og bladet omdeles torsdag 1. oktober

Hvis I ikke har modtaget bladet – så ring til Inspektørkontoret.

Indlæg må meget gerne sendes til Inspektørkontoret via e-mail fdi@fd-hg.dk, men skal foreligge i papirprint hos informationsudvalget senest ved deadline. Papirprint kan afleveres til Inspektørkontoret.

Informationsudvalget.



Forsidefotos. Øverst: Sankt Hans fest s. 3. Miderst: Loppemarked s. 37
Nederst: "Gå til tomat" i Spireriet, s. 39

Nyt fra Fællesdriften

Fællesdriften

E-mail: fdi@fd-hg.dk

PUNKTHUSET 6, 7, 8. etage

Ingen afdelingsbestyrelse

PUNKTHUSET 4, 5, 9. etage

Henvendelse til inspektørkontoret

INSPEKTØRKONTORET

Telefon 39 69 47 88

Telefontider: Mandag til Torsdag kl. 12-13

Torsdag tillige kl. 16-18

Fredag kl. 11-12

Åbningstider: Mandag til torsdag kl. 11-12

Torsdag tillige kl. 16-18

Fredag kl. 11-12

Vagthavende ejendomsfunktionær/

Teknisk afdeling Telefon 39 69 53 71

Bore- og banketider

**Mand.-fred.:
klokken 8-19**

**Lørdage:
klokken 10-16**

**Søn- og helligdage:
ALDRIG**



Orientering fra Fællesdriften møder i april og maj 2026

De stående udvalg

Aktivitetsudvalget har afholdt en del møder med forberedelse af de kommende arrangementer, herunder især om Sankt Hans Fest. Der har også været en tur til Gekås Ullared. Læs om disse i deres artikel andet sted i bladet.

Informationsudvalget behandler, på deres møder, oplæg og indhold i de respektive udgaver af Høje Gladsaxe Bladet.

Parkudvalget har ikke afholdt møde. Næste møde ultimo maj.

Diverse punkter fra administrationen

På møderne var der en dialog om punkter, som administrationen havde medtaget:

- Vedligeholdelsesoversigt og opgørelse over timeforbrug
- Orientering om diverse personalefor-

hold / inspektørfunktionen – diverse personaleudfordringer

- Afholdelse af vaskeriudvalgsmøde med diverse opfølgninger
- Parkering på stamvejene giver fortsat meget store problemer
- Parkering ved lavhusene – aftale om elektronisk parkeringskontrol
- Situationen i bebyggelsen – der er rimeligt roligt i bebyggelsen, men på brandtrapperne er der noget uro. Politiet har også været inddraget i noget overvågning
- Bystrategisk partnerskab i Høje Gladsaxe / Vores HG og Bibliotek+. Forlængelse af aftalen med 4 år
- Samarbejdsaftalen i Fællesdriften af Høje Gladsaxe og effektivisering
- Høje Gladsaxe Idrætsforening (HGI) – dialog om det årlige tilskud

- Gladoverdækningerne – dialog om anvendelse og aftaler

- Dialog om håndværkere herunder om deres ydelser og priser

Referent: *Jesper Loose Smith* ■

Aktivitetsudvalget TUR TIL GEKÅS



Lørdag den 30. maj kl. 7.15 drog 47 forventningsfulde beboer afsted mod Gekås i Ullared. Bussen var fyldt med godt humør, kaffe og store forventninger til dagens indkøb, Der blev shoppet igennem på alle etager og indkøbsvognene blev hurtigt fyldt med alt fra strømper og stegepander til ting man slet ikke vidste man manglede, før man så dem. Nogle gik målrettet efter bestemte varer, mens andre lod sig lokke af de mange fristelser undervejs. Der blev gjort gode kup, fundet gode tilbud og måske også købt lidt mere, end der oprindeligt stod på indkøbssedlen.

Efter mange timers intensiv "motion" mellem hylderne vendte vi trætte, men glade hjem med fyldte poser og masser af gode historier. Én ting er sikkert: gekås blev næppe fattigere den dag, men 47 beboere blev til gengæld meget rigere på oplevelser.

Tak til alle, der deltog og var med til at gøre turen til en hyggelig dag.

Aktivitetsudvalget/Bente

Klinik for fodterapi v/ Dorte Ellegaard

Tlf. 39 69 41 60

www.minfodklinik.dk

Høje Gladsaxe Torv 2b, 1. sal, 2860 Søborg

Bestemmelser for brug af vaskerier i Høje Gladsaxe



Alm. Ordensbestemmelser:

- Personer under 16 år må ikke benytte maskinerne.
- Brug af maskinerne sker på eget ansvar.
- Ødelagt tøj erstattes ikke.
- Gulvtæpper/måtter må ikke vaskes i maskinerne.
- Ved fejl på maskinerne kan Teknisk afdeling tilkaldes på tlf. 39 69 53 71, dog ikke i perioden kl. 22.00 til kl. 07.00.
- Maskiner der ikke er taget i brug senest 5 min. efter reservation, kan benyttes til chancevask.
- Hærværk og misbrug vil medføre erstatningskrav, samt lukning af vaskebrik.
- Anstødelig adfærd vil medføre lukning af vaskebrik.

Priser:

- | | |
|-----------------------------|---------------------|
| - Små maskiner | 12,50 kr. pr. vask. |
| - Store maskiner | 15,00 kr. pr. vask. |
| - Sæbe | 1,90 kr. pr. vask. |
| - Skyblemiddel | 1,25 kr. pr. vask. |
| - Tørretumblere | 7,5 øre pr. min. |
| - Ikke benyttet reservation | 6,25 kr. pr. gang. |

Øvrige bestemmelser:

For at undgå overforbrug af vaskerierne, er der sat et maksimum på 475 kr. pr. måned, alene for vaskemaskinerne, sæbe, skyblemiddel og ikke benyttet reservation. Beløb herover vil blive afregnet med 3 gange normalprisen.

Eksempel:

Forbrug af vaskemaskiner = 500 kr. så vil afregningen blive 475 kr. + 25 kr. x 3 = 550 kr.
Forbrug på tørretumblere indgår ikke i ovennævnte beregning.

Såfremt man har bestilt vasketid og ikke bruger denne/glemmer at afbestille senest 45 min. før vasketidspunktet, bliver der afregnet med 6,25 kr. på opkrævningen fra boligselskabet/-foreningen.

Åbningstider for vaskerier:

Vaskerierne er døgnåbne, dog undtagen i rengøringsstiderne.

Vaskerierne 13+14+15+16 er lukket	Mandag og Torsdag	mellem kl. 03.00-06.45.
Vaskerierne 11+22+25 er lukket	Tirsdag og Fredag	mellem kl. 03.00-06.45.

Fællesdriften af Høje Gladsaxe – Inspektørkontoret - den 1. juni 2026.

AAB, AFD. 52

Høje Gladsaxe 11-19 & 44-82

Viceværtkontoret

Kenneth Kjer

Mandag, onsdag og fredag

kl. 09.30-10.00

personlig og telefonisk henvendelse

Torsdag kl. 16.00-17.00

personlig og telefonisk henvendelse

E-mail vicevært: vv-aab@fd-hg.dk

Afdelingskontoret 19, st.mf.

Telefon 39 67 19 40

Afdelingsformand

Kristian Niebuhr, Høje Gladsaxe, 56, 3 th.

E-mail: afd52@aab.dk

Bestyrelsen kan træffes den første tirsdag

i måneden kl. 18 - 18.30

Bore- og banketider

Mand.-fred.:
klokken 8-19

Lørdage:
klokken 10-16

Søn- og helligdage:

ALDRIG



Afdelingsmøde

På det ordinære afdelingsmøde som blev afholdt torsdag den 21. maj 2026 kl. 19.00 i selskabslokalerne, kom vi godt igennem dagsordenen, de 2 forslag der var stillet, blev vedtaget, der var et enkelt spørgsmål til årsberetningen, regnskab 2025 og budget 2027 blev fremlagt af regnskabsmedarbejder fra AAB Sumaela, der var et par spørgsmål, efter besvarelse af dem og en justering af budget 2027, så blev det med en lavere huslejestigning end først planlagt enstemmigt vedtaget.

Som afdelingsformand blev Kristian Niebuhr genvalgt, som nyt bestyrelsesmedlem blev Gitte Greve Larsen valgt, som bestyrelsessuppleanter blev valgt Heidi Korp Drejer, som havde valgt at trække sig som bestyrelsesmedlem, men gerne ville fort-

sætte som suppleant og som ny suppleant blev Diana Jørgensen valgt.

Referat fra afdelingsmødet vil ligge på BeboerWeb eller kan afhentes på ejendoms-kontoret indenfor 4 uger. Der kommer opslag i opgangene og mail besked, når referatet er klar.

Glasoverdækningen

Renovering af glasoverdækningen er godt i gang, gulvet er blevet slebet og olieret, der er sat nye køkkenelementer op, fremadrettet vil der så komme nye gardiner nogle møbler vil blive udskiftet mm.

Vinduesprojekt

Projektet går nu fremad, når bladet udkommer, vil der være underskrevet med leverandøren og arbejdet skulle gerne star-

te sidst i august start september 2026 hvis alt går efter planen, alle beboere vil løbende blive orienteret bl.a. med infobrev.

Parkering

Afdelingsbestyrelsen har i samarbejde med Lejerbo, 3B og fællesdriften blevet enige om en prøveperiode på 6 måneder med digital parkering ved lavhusene, prøveperiode ved lavhusene i de 3 selskaber vil efter planen starte 1. august 2026.

Det der nu er enighed om og som vil blive afprøvet er:

- 2 biler kan registreres pr. husstand – hver bil skal være registreret på adressen
- Gæstelicenser på 6 timer ubegrænset antal pr. beboer – observationstid 15 min. kan først fornyes efter 24 timer.
- 24 timers licenser 10 stk. pr. husstand pr. mdr. Resterende tilladelser bortfalder ved månedens udgang.
- Prøveperiode 6 måneder aftalt opstart 1/8 2026.

- Gulplade biler forbydes generelt uden vægtgrænse, parkeringstilladelse kan som nu udleveres ved ind- og udflytning, eller hvis man har været ude og købe stort ind.
- Taxa biler ikke tilladt medmindre det er én vognmand med én bil, som er registreret på adressen.
- Der kan parkeres i alle 3 afdelinger hvis man er registreret i en.
- Hjemmehjælpere undtaget med reg.nr.
- Vejledning i app skal være kort og præcis.

Nærmere info om dette vil komme hurtigst muligt.

Afdelingsbestyrelsen ønsker alle en god sommer.

Venlig hilsen

Afdelingsbestyrelsen afd.52 ■



Aut. El-installatør

Lerhøj 13 • 2880 Bagsværd

Telefon 44 49 04 51

Telefax 44 49 04 21

www.km-el.dk

GRUPPEN

Lejerbo

Højhus blok 17: nr. 1-9

Lavhuse: Blok 21: nr. 04-14

Blok 22: nr. 16-30

Blok 23: nr. 32-42

Viceværtkontoret, Høje Gladsaxe 3. st.

Omar Al-samarraie, telefon 39 67 04 76

Man-, tir-, ons-, fredag kl. 9.30-10.00

Torsdag kl. 16.00-17.00

personlig og telefonisk henvendelse

E-mail vv-lejerbo@fd-hg.dk

Afdelingsformand

Lone Pedersen, HG 36, st.th.

lone@hg-lejerbo.dk

Bore- og banketider

**Mand.-fred.:
klokken 8-19**

**Lørdage:
klokken 10-16**

**Søn- og helligdage:
ALDRIG**



Pensionist skovtur

Så er der fundet en dato for skovturen for pensionisterne, det bliver den 13.08 2026 og som sædvanlig afsløre vi ikke hvor turen går hen.

Der sælges billetter tirsdag den 02.07 fra kl. 10.00 – 11.00 og tirsdag den 21.07 fra kl. 10.00 – 11.00.

Det eneste man skal have med på turen, er det gode humør.

Markvandring

Bestyrelsen har været på forårsmarkvandring og kigget på vores indendørs og udendørsområder. Der er fokus på beplantningen, især i de områder der har været berørt af vores byggeprojekt. Der er allerede sat projekter i gang.

Cykelkælderer i blok 17 højhuset ved opgang nummer 1, gulvet er blevet malet i cykelkælderer og er færdiggjort.

Så har vi haverne i blok 17 højhuset. Hegnet omkring haverne mod lejrpladserne er blevet repareret og udbedret så hegnene ser ens ud. Hegnene vil også blive malet senere i år.

Så er der vores beplantningen ved vores indgange, det vil sige blok 21, 22, 23 og blok 17. Alle bedene vil få ny jord og nye planter, så det ser ens ud i alle bedene. Der vil i løbet af året 2026-2027 blive sat flere projekter i gang.

Bore og banke tider

Det er ikke gået ubemærket hen, at vi har

nogle beboere der synes de skal bore fra 20.00 til 23.30 en lørdag aften.

Det bliver forstærket af beboere der banker på vandrørerne for at få stoppet larmen. Så nu gentager vi lige vores bore- og banketider:

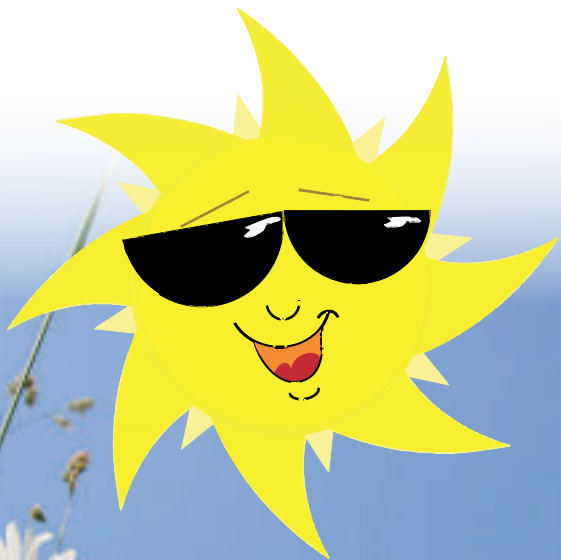
Mandag til fredag fra 08.00 til 19.00, lørdage fra 10.00 til 16.00 og søn- og helligdage må der ikke bores eller bankes.

Sommerferie

Afdelingsbestyrelsen vil gerne ønske alle vores beboere en rigtig god sommer. Dyk det gode naboskab og tage hensyn til hinanden. Rigtig god sommer og pas godt på jer selv.

På afdelingsbestyrelsen vegne

Rene Dupont ■





Nyt fra 3B

3B

Vicevært: Mohammed Fadail
kontor Høje Gladsaxe 104, st.
Tlf. 39 67 72 60
Mail: vv-3b@fd-hg.dk



Mandag til fredag kl. 09.00-10.00
personlig og telefonisk henvendelse
Torsdag kl. 16.00-17.00
personlig og telefonisk henvendelse

Afdelingsformand:

Mohamad Sobhie,
Mail: formand@3bhg.dk
Højhus blok 15: Nr. 21-29

Firkanten blok 27: Nr. 84-94
blok 31: Nr. 96-104
blok 32: Nr. 106-114
blok 28: Nr. 116-126

Bore- og banketider

Mand.-fred.:
klokken 8-19



Lørdage:
klokken 10-16



Søn- og helligdage:
ALDRIG



**Afdelingsbestyrelsen
ønsker alle beboerne i 3B
en rigtig dejlig sommer**



- 
- Gulvslibning af alle typer trægulve
 - Efterbehandling med lak, lud, olie, sæbe, hvidpigmentering, hvidlakering m.m.
 - Lægning af klik- og trægulve
 - Pålægning af linoleum/vinyl og gulvtæpper
 - Gulvopretning med flydespartel.

Ring for
gratis besøg og
uforpligtende
tilbud

NYBO
Gulve ApS
43 54 90 00

Stengårdsparken 15 · 2860 Søborg

Malerfirmaet

Michael Godsk



· 39 66 00 30 ·



eller 40 13 87 34

DIN LOKALE MALERMESTER

AB

Viceværtkontoret

Høje Gladsaxe 47, st.

Telefon 39 66 36 47

Mandag til fredag kl. 09.00-10.00

personlig og telefonisk henvendelse

Torsdag kl. 16.00-17.00

personlig og telefonisk henvendelse

E-mail vv-abg@fd-hg.dk

Afdelingsformand

Flemming Larsen,

Høje Gladsaxe 43, st. tv.

Telefon 24 62 00 07

E-mail: onkelhg@hotmail.com

Blok 13: Nr. 41-49

Blok 11: Nr. 61-69



Vicevært
Tom



Formand
Flemming Larsen

Bore- og banketider

**Mand.-fred.:
klokken 8-19**



**Lørdage:
klokken 10-16**



Søn- og helligdage:

ALDRIG



HUSLEJESTIGNING

Årets stigning 2%

Afdelingsbestyrelsens og selskabets forslag til det kommende budget, blev vedtaget og giver en huslejestigning på 2%.

Referat fra beboermødet

I år havde vi valgt at prøve noget nyt ved at bestille en pølsevogn, hvor beboerne kunne vælge mellem forskellige pølser og bøfsandwich. Tiltaget blev taget godt imod, og mange gav udtryk for, at både pølserne og bøfsandwichene smagte rigtig godt. Der var rigeligt med mad til alle, og stemningen var positiv. Den eneste udfordring var den relativt lange ventetid, inden selve beboermødet kunne gå i gang.

Flemming bød velkommen og der blev valgt et stemmeudvalg: Ivan, Tom og Mads som dirigent blev valgt Ryno Scheil.

Efter formalia aflagde Ryno selskabets beretning.

Ordet blev derefter givet til Formand Flemming til aflæggelse af bestyrelsens beretning.

Flemming knyttede enkelte kommentarer til den udsendte beretning, blandt andet om unge på brandtrapperne og samarbejdet med politiet.

Rottesikring, smart pipes i kloakkerne, som tager virkelig mange rotter.

Indkøb af generatorer en til hver blok, så man kan få ladet telefoner m.m ved længere varende strøm svigt.

Beretningen enstemmigt vedtaget.

Afdelingens Budget:

Vores direktør Jesper fremlagde vores budget for det kommende regnskabsår: Han gennemgik en del punkter og fortalte hvad der lå til grund for en huslejestigning på 2%.

Budgettet blev godkendt

Indkomne Forslag:

Afdelingsbestyrelsen arbejder videre med at undersøge rengøringsaftaler, fibernet, forslag om fjernelse af beton 8 kanter på P-plads ved blok 13, blev markant nedstemt.

Valg til Bestyrelsen:

Flemming holdt en lille tale til Ingrid, der ikke genopstillede, se senere opslag.

Valgt til Bestyrelsesformand for 2 år:

Flemming Larsen enstemmigt

Valgt til Bestyrelsesmedlem for 2 år:

Tina Green Larsen 43 stemmer

Valgt til Bestyrelsesmedlem for 2 år:

Marianne Hansen 30 stemmer

Valgt til suppleant for 1 år: Faizan Latif

Qureshi 46 stemmer

Valgt til suppleant for 1 år: Tim Lilja

Fredriksen 41 stemmer.

Køleskabsudvalg: Per nr. 63 + Pia 41 +

Gitte 43 + Anne 49 og Faizan 63

Evt. efter et par spørgsmål fik Flemming ordet og takkede for et godt møde.

Ingrid Rasmussen

Efter imponerende 40 år i afdelingsbestyrelsen havde Ingrid valgt, på grund af sygdom, ikke at genopstille. På beboermødet takkede formand Flemming ”Onkel” Larsen hende med disse ord:

Kære Ingrid

I dag er en særlig dag. Ikke fordi du forlader os som menneske eller ven, men fordi du efter 40 års trofast indsats i afdelingsbestyrelsen har valgt at give stafetten videre.

40 år er lang tid. Det er faktisk så lang tid, at mange af os næsten ikke kan forestille os, hvor mange timer, møder, arrangementer, beslutninger og samtaler det dækker over. Men én ting har været helt konstant gennem alle årene: Din loyalitet, dit engagement og din ansvarsfølelse.

Du har altid været en person, man kunne regne med. Når du sagde ja til en opgave, blev den løst. Når der var et møde, var du der. Faktisk har du på 40 år kun misset ét eneste afdelingsbestyrelsesmøde. Ja, ét møde på 40 år! Det siger alt om den dedikation, du har lagt i arbejdet for afdelingen og beboerne.

Du har gennem mange år været drivkraft og koordinator i Høje Gladsaxes aktivitetsudvalg. Du har stået bag utallige arrangementer, som har skabt glæde og fællesskab for beboerne. Juletræsfester,

pensionistfester, sankthansarrangementer og meget mere har båret dit præg. Det er aktiviteter, som mange mennesker har haft glæde af, og som har været med til at gøre Høje Gladsaxe til et levende og rart sted at bo.

Også her i afdelingen har du været en uvurderlig ildsjæl. Fastelavn, sommerfester, bankospil og mange andre arrangementer er blevet til virkelighed, fordi du har været villig til at bruge din tid og energi på fællesskabet.

På bestyrelsesmøderne har du altid mødt velforberedt op. Du har bidraget med gode idéer, konstruktive synspunkter og ikke mindst den humor og de lune kommentarer, som ofte har fået os andre til at trække på smilebåndet, selv når dagsordenen var lang. Den stemning og varme, du har bragt ind i bestyrelsesarbejdet, kommer vi til at savne.

Når du nu stopper, er det derfor ikke blot et bestyrelsesmedlem, der træder tilbage. Det er en person, som gennem fire årtier har været en vigtig del af afdelingens historie. En tidligere nabo, en god kollega, en ven og et menneske, som har sat tydelige spor efter sig.

På vegne af afdelingsbestyrelsen og alle beboerne vil jeg derfor sige dig en stor og hjertelig tak. Tak for dit enorme engagement, din trofasthed, din omsorg for fællesskabet og de mange timer, du har

lagt i arbejdet for beboerne og for Høje Gladsaxe. Dit arbejde har gjort en forskel for rigtig mange mennesker gennem årene, og det vil ikke blive glemt. Tak for alt, Ingrid. Og held og lykke fremover.

Med stor respekt og taknemmelighed

Flemming ”Onkel” Larsen

Formand for afdelingsbestyrelsen.

Renovering af kældergulv i blok 13

Efter to oversvømmelser i kælderen som følge af en stoppet kloak på sydsiden har kældergulvet i blok 13 gennemgået en omfattende renovering.

Desværre viste det sig, at den første maling af gulvet var udført med en forkert sammensætning, hvilket betød, at arbejdet måtte udføres på ny. For at sikre et holdbart resultat blev gulvet efterfølgende diamantslebet helt i bund, inden en ny behandling kunne påføres.

I forbindelse med arbejdet blev gulvet under vaskeriet også renoveret, så hele området nu fremstår ensartet og velbehandlet.

Vi håber, at den valgte løsning vil vise sig både slidstærk og langtidsholdbar, da der er tale om en omfattende og omkostningstung renovering.

Billard

Der har været afholdt generalforsamling i Billard Klubben.

Flemming blev valgt som dirigent.
Jan formand aflagde bestyrelsens beretning. Villy aflagde regnskabet. Begge blev vedtaget. Jan blev genvalgt som formand efter kampvalg.
Tim ønskede ikke genvalg som bestyrelsesmedlem.

Sommer

Der er lige et par ting du skal huske:

1. Husk at skrue ned for musikken, når du har altandørene åbne.
2. Husk at lukke affaldsposerne, så de ikke stinker på grund af varmen.
3. Ryd op efter dig selv på arealerne og især grillpladsen.

Generelt er det vigtigt at tage hensyn til dine naboer og heldigvis er det de fleste der gør det.

Er der problemer med grillene, eller andet, bedes du kontakte viceværten.

Legepladser

Vær venlig at være med til at passe på legepladserne, på forhånd tak.

Græs i Blok 11

Vi laver et forsøg i det lille bed ved nr. 69 med at så, en speciel græstype der ikke behøver sol for at vokse.

Hvis forsøget bliver positivt, vil græsset blive sået i hele bedet foran blokken.

Beplantning/udearealer

Vores ansatte Tom, Jan og Jan har været i gang med områderne og der er ordnet hække, græs, beplantning og meget mere.

Vi syntes at afdelingen ser rimelig godt ud, som jo er vigtig for os der bor her.

Sommer i afdelingen

Vi håber at alle beboere får en god sommerferie, med gode oplevelser fra både ind og udland.

Rigtig god sommer!
Pas godt på hinanden

På afdelingsbestyrelsens vegne
Flemming "Onkel" Larsen ■



FSB

Afdelingsbestyrelses formand

Nancy Søster Sørensen
Høje Gladsaxe 35, 11. tv.
E-mail: HGfsb@outlook.dk

Afdelingsbestyrelsen

Har du et spørgsmål eller et problem?
Kontakt din bestyrelse – vi er her for dig!
Hvornår: Hver 3. tirsdag i måneden

Tid: Kl. 17.00-17.30

Sted: Mødelokalet overfor nr. 59
Kom forbi – vi hjælper gerne!

Vicevært

Kontor Høje Gladsaxe 31 B, telefon 39 69 02 94
E-mail vv-fsb@fd-hg.dk
personlig og telefonisk henvendelse
Mandag til fredag kl. 09.00-10.00
Torsdag kl. 16.00-17.00

Bore- og banketider

Mand.-fred.:

klokken 8-19

Lørdage:

klokken 10-16

Søn- og helligdage: ALDRIG

Storskrald - se opslag i opgangene



FSB NYT Juni/Juli 2026

Så har vi taget hul på sommeren, og i skrivende stund har vi det skønneste sommervejr, så det er bare om at nyde det.

Grillpladserne

Nu vejret er til at grille, så er det bare om at benytte vores grillpladser. Vi har for nylig bemærket, at "nogle" har haft den frækhed, at sætte skilte på 2 af vores grille, ovenikøbet på flere sprog, pålydende, at grillene ikke måtte benyttes. Der henstilles til at det ikke er tilladt, så vel som andre div. sedler vores ejendomsfunktionærer støder på med fx bore banketider osv. Ikke bare sættes op alle mulige steder af beboerne. Men at det kun er bestyrelse eller ejendoms-

funktionærer der sætter opslag op, hvis der skal informeres om noget i vores ejendom.

Alle vores grille kan altså benyttes både i blok 12 og 14.

Dog skal lige siges, at de fliser der er lagt ved grillene, har vi reklameret over ikke ligger helt stabilt, så firmaet kommer og retter op på dem inden længe.

Glasoverdækningen

Udlejningen af lokalet er startet, og bliver brugt flittigt. Og dejligt at se de fleste passer godt på vores nye interiør. Ved den nye sæson for udlejning indførte vi lejeindtægt på 150 kr. pr. dag for lån af lokalerne. Dette for at dække div. udgifter ved slitage af møbler mm. Samt gøre det, det muligt, at udskifte nogle af

de gamle maskiner vi havde. Vi har for nylig udskiftet og indkøbt 2 nye kaffemaskine, 1 elkedel, og en microovn, da de gamle så lidt trætte ud. Som skrevet i forrige nyhedsbrev, ville der blive etableret en gangsti og rampe på sydsiden ind til overdækningen, det er der i skrivende stund også blevet, men da stien var lidt for hældende og rampen, ikke det pæneste finish, eller lad os bare sige ”ikke håndværksmæssigt korrekt lavet” i vores øjne, har vi også her reklameret lidt over dette, som nu er ved at blive lavet om.

Motionsrummet i Opg. 37

Bestyrelsen har fået en henvendelse fra en beboer vedr. vores motionsrum i afdelingen, om at denne desværre har været ret så forsømt, hvilket absolut ikke indbyder til at beboerne har lyst til at benytte lokalet. Men denne beboer har et stort ønske om at overtage driften og få motionsklubben op at stå, ved for det første at renovere lokalet lidt, har tilbudt at komme med nogle maskiner, da nogle trænger til at blive udskiftet. Bestyrelsen synes det er et flot tilbud og vil selvfølgelig takke ja til det, og støtte op om at få motionsrummet mere attraktivt på sigt. Dette sker jo desværre ikke fra den ene dag til den anden, da der også skal kigges på et nyt låsesystem osv. da den tidligere har haft ansvaret for klubben, ikke har tal på

hvor mange nøgler der er ude. Så det skal vi lige have noget tilbud på. Pt. er der sat en midlertidig lås i, så vi kan få styr på det hele, hvilket betyder det først åbnes igen, når det står klart. Mere info meldes ud!

Afdelingsmødet

Endnu en reminder om at sætte x i kalenderen til den årlige generalforsamling 16. september 2026. Håber at se både nye som gamle ansigter.

Pensionisttur 2026

Årets sommerudflugt for pensionister og beboere på 55+ afholdes onsdag den 2. september 2026.

Destinationen er endnu ikke fastlagt, men bestyrelsen arbejder på planlægningen. Så snart alle detaljer er på plads, vil der blive informeret nærmere om turens program, pris og tilmelding. Sæt allerede nu kryds i kalenderen – vi glæder os til en hyggelig dag sammen.

Loppemarked på Kirketorvet

I bestyrelsen er vi altid glade for nye initiativer og aktiviteter, der kan skabe liv og fællesskab i vores område. Derfor vil vi gerne gøre opmærksom på loppemarkedet på Kirketorvet, hvor den lokale fodboldklub HGI fungerer som torveholder. Initiativet er kommet i stand i samarbejde med Hellerup Hus

(centerejeren), som har tilbudt HGI at stå for det.

Loppemarkedet afholdes hver lørdag fra juni til september på Kirketorvet. Så har du/i ting stående derhjemme, som andre kan få glæde af, er der mulighed for at leje en stadeplads til en overkommelig pris og her sælge dine ting, til glæde for andre.

Stadepladser kan bookes på:

HGLOPPEMARKED.DK

Bemærk: Overskuddet fra loppemarkedet går selvfølgelig til ungdommen i Høje Gladsaxe Idrætsforening. **HGI**

Det var lidt nyt fra bestyrelsen.

Husk, at I altid er velkomne til at kontakte os, hvis I har spørgsmål eller brug for hjælp.

Rigtig god sommer!

Med venlig hilsen

FSB Bestyrelsen ■



**Ved akutte problemer,
kan vagten kontaktes på
tlf. 39 69 53 71
i tidsrummet
15.45-07.00.**

Nye retningslinier og priser pr. 1. oktober 2025 for udlejning af selskabslokalerne:

Selve bookingen:

- Fremover skal booking foretages ved **personligt fremmøde** på Inspektørkontoret af kontraktholderen for lejemålet i Høje Gladsaxe, og **der skal fremvises gyldigt sundhedskort**.
- Det er **ikke** længere muligt at reservere lokaler telefonisk eller på mail.
- **Depositum og leje skal betales samme dag**, som bookingen foretages.

Betaling:

- Betaling af depositum og leje kan ske på MobilePay eller kontant.

Begrænsning på antal bookinger:

- Hvert lejemål kan maksimalt have **4 bookinger pr. år**, og højest 2 sammenhængende dage pr. booking.

Aflysning og afregning:

- Afregning kan tidligst ske **på 3. dagen efter afholdt leje** ved personligt fremmøde på Inspektørkontoret. Beløbet udbetales via bankoverførsel til det, af lejer, oplyste kontonummer.
- Ved aflysning **senest 30 dage før lejedatoen** tilbagebetales hele det indbetalte beløb.
- Ved senere aflysning fratrækkes følgende gebyrer i det samlede beløb:

Lokale A: kr. 300,- / Lokale B: kr. 150,-

Nye priser:

• Lokale A:

Depositum: kr. 2.000,-

Leje: kr. 1.000,-

Samlet beløb ved booking: kr. 3.000,-

• Lokale B:

Depositum: kr. 1.500,-

Leje: kr. 750,-

Samlet beløb ved booking: kr. 2.250,-

Med venlig hilsen Inspektørkontoret

Aktivitetshuset "Seniorklubberne i Høje Gladsaxe"

Høje Gladsaxe Torv 2H, 2860 Søborg

Aktivitetshuset "Seniorklubberne i Høje Gladsaxe" er et brugerstyret hus for seniorer i Gladsaxe Kommune & omegn. Her foregår forskellige aktiviteter for 60+ seniorer, seniorpensionister, folke- og førtidspensionister samt selvpensionerede. I huset kan du også starte nye aktiviteter og interessegrupper, så har du en idé til en ny klub eller aktivitet, så kom – vi hjælper dig gerne i gang.

- **Aktivitetskredsens „Flittige Hænder“** – Syning, strikning, hækling og broderi. Tirsdage kl. 10-13. Kontakt Bente Corell på tlf. 50 41 67 66.
- **Aktivitetskredsens „Det Kreative Værksted“** – Håndarbejde, kreative sysler mm. Torsdage kl. 10-13. Kontakt Bente Corell på tlf. 50 41 67 66.
- **Aktivitetskredsens „Gåturshold“** – Vi går ture sammen fra oktober til april om torsdagen kl. 10. Kontakt Anne Marie Andersen på tlf. 28 21 34 69.
- **Aktivitetskredsens „Musikcafé“** – Werner Thaarup spiller gamle danske sange, mens vi synger med. Mandage kl. 14-16. Kontakt Johnny Bjørnstad på tlf. 24 85 20 92.
- **Banko** – Den 2. torsdag i måneden kl. 14 -16 spiller vi banko. Dørene åbnes allerede kl. 13 for køb af plader, kaffe mv. Kontakt Johnny Bjørnstad på tlf. 24 85 20 92.
- **Ældrestyrken** – Foredrag og debat om samfundsforhold med spisning den sidste torsdag i månederne fra september til maj fra kl. 12-15 (juli, juni, august og december er mødefri). Kontakt Isabella Mørch på tlf. 27 64 15 11 eller e-mail isabella.m1@godmail.dk
- **PC-mødestedet** – Hver onsdag kl. 13-16 kan du få hjælp i seniordatastuen til dine it-udfordringer på PC, Mac, smartphone og tablet - fx digital post, e-Boks, MitID, MobilePay, e-mails. Vi hjælper også gerne din gamle pc til nyt liv ved at gøre den hurtigere. Kontakt Lars Laursen på tlf. 24 83 16 96 eller e-mail lars.laursen1961@gmail.com
- **Foredrag** – Første fredag i måneden kl. 13-15 holder vi foredrag med forskellige temaer og foredragsholdere. Der er kaffe & kage, hyggeligt samvær, snak og erfaringsudveksling. Hvis du ønsker at deltage, skal du kontakte Johnny Bjørnstad på tlf. 24 85 20 92.
- **Filmklubbens Venner af 2012** – Vi interesserer os for video og for at redigere og overspille private filmoptagelser og dias til DVD eller USB. Kom og vær med. Vi har et hyggeligt socialt samvær omkring vores interesse. Vi mødes den 2., 3. og 4. fredag i måneden kl. 10-12 og nogle lørdage efter aftale. Ring og lav en aftale med Johnny Bjørnstad på tlf. 24 85 20 92.
- **Seniorcaféen** – Samtaler og hyggeligt samvær, nærvær og fællesskab. Mød op i caféen og træf nye mennesker. Hver onsdag kl. 10-13. Kontakt Myrna Dollas på tlf. 28 84 28 17.
- **Onsdagsklubben** (for 60+ kvinder) – Vi mødes altid onsdage kl. 13-15. Vi er et socialt mødested m/ fokus på fællesskab og aktiviteter som samvær, samtale, frokost, håndarbejde og ture og frokost på café og restaurant. Kontakt Bushra Qurashi på tlf. 21 83 07 40.
- **Madklubben** – Er du interesseret i sund, diabetesvenlig mad, så kom og vær med i Madklubben! laver varm mad sammen og hjælper hinanden med at blive klogere på sunde madvaner. Klubben er både for mænd og kvinder, uanset om du har diabetes eller blot ønsker at leve sundere. Vi mødes fredage i ulige uger kl. 9:30-13:00. Er du interesseret, så kontakt Johnny Bjørnstad på tlf. 24 85 20 92.

Få mere at vide om Aktivitetshusets aktiviteter, arrangementer, klubber og samværsgrupper på www.SeniorklubberneHG.dk og på Facebookgruppen [Seniorklubberne i Høje Gladsaxe](#).

Du er også velkommen til få mere at vide hos klubbernes kontaktpersoner. Eller hos Gladsaxe Kommunes ældrekonsulent Ea Lykke Elsborg på telefon 39 57 55 43 eller på sofeel@gladsaxe.dk



BIBLIOTEK



Hurra, vi skal høre historier



Kom og vær' med når vi tirsdag 8. september fejrer FN's internationale læsedag.

Arrangementet er for børnefamilier med børn fra 3-6 år og deres søskende.

Tirsdag 8. september, kl. 16-17.30 i BIBLIOTEK+
For børnefamilier med højt humør 😊

Hold øje med facebook for mere information

BIBLIOTEK+



BIBLIOTEK+

Små synger sammen dag 2026 🎵



SMÅ SYNGER SAMMEN DAG

Torsdag den 10. september 2026

Klokken 9.30

10.
September

Vi inviterer dagplejere, daginstitutioner, og børnefamilier til at fejre dagen sammen med os.

Årets tema er krible krable, så vi skal både synge "Lille Peter Edderkop", "Mariehønen Evigglad" og mange flere. Vi glæder os til at synge og danse sammen med jer.

Torsdag 10. september kl. 9.30 i BIBLIOTEK+
Mød op med børn og fantastisk humør 😊

BIBLIOTEK+

BIBLIOTEK+ 📍 Høje Gladsaxe Torv 2A 🎵 2860 Søborg
Telefon: 39 57 64 50 💖 gladsaxe.dk/bibliotek 💚 facebook.com/bibliotekplus



BIBLIOTEK



Brætspilscafé

BRÆTSPILS CAFÉ

i BIBLIOTEK+

Sidst morede vi os med at spille Sonar family; et spændende u-bådsspil, hvor jagten er gået ind i det intense og dybe mørke. Næste gang tager vi nok til det vilde vesten og spiller Colt Express. 🎲

Vi mødes enten sidste mandag eller tirsdag i måneden.

Kontakt Jeppe for mere info på jeptho@gladsaxe.dk

Se også vores facebookgruppe: Brætspilscafé i BIBLIOTEK+

Alder: Fra 15 år eller sammen med en voksen.

Mød os i BIBLIOTEK+

BIBLIOTEK+

BIBLIOTEK+ 🌐 Høje Gladsaxe Torv 2A 🏠 2860 Søborg
Telefon: 39 57 64 50 📞 gladsaxe.dk/bibliotek ❤️ facebook.com/bibliotekplus



OPDAG SOMMERENS NATUR

Caféhaven,
friluftsbadet
og hoppepuden.

Vandledningsstien Kaskaderne

Engene

Sletten

Paddletennis-
banerne

Pigeværrelset

Badmintonhallerne

Tennisbanerne

Gymnast
Grønner

Nyttehaven

GLADSAXE
IDRÆTSANLÆG

Det
Grønne
Mødested

Byens Arena:
Her kan du bl.a.
lave Parkour, spille
minigolf og løbe
på rulleskøjter.

"Man kan grille
ved grillstedet",
- Anbefalet af Rida
og Ami.

Bålpladsen

DiscGolf-
kurv

Krolfbane

Dyrups æblelund

Eventyr-
haven

Gå-ruten 100-Meter
"Hvis du vender dig
om i 100-Meterskov
så kan du måske nå
Peter Plys, men du skal
være hurtig, for han
ikke ses"
- Morten, præst i HG

GYNGEMOSI

Høstlet

Spiselige planter

 Hyldeblomst

 Løgkarse

 Hindbær

 Jordbær

 Merian

 Almindelig syre

 Brombær

 Kirsebær



Anbefalede steder



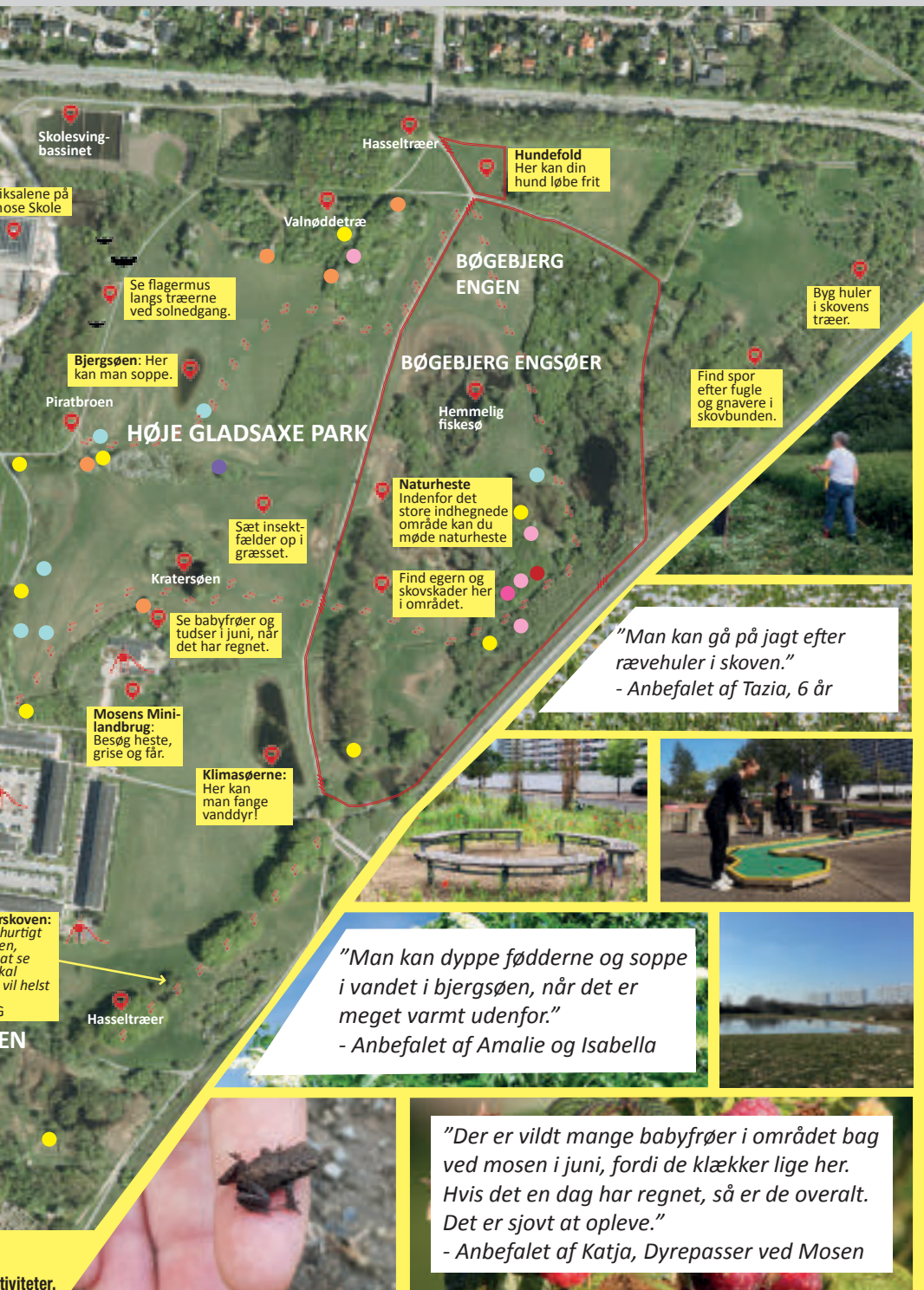
Gårute



Legeplads

Ud i det grønne?

Du kan på kortet her lade dig inspirere til ture og aktiviteter



Skolesving-bassinet

Skole
Skole

Hasseltræer

Hundefold
Her kan din hund løbe frit

Valnøddetræ

Se flagermus langs træerne ved solnedgang.

Bjergsøen: Her kan man soppe.

Piratbroen

HØJE GLADSAXE PARK

BØGEBJERG ENGSØER

Hemmelig fiskesø

Byg huler i skovens træer.

Find spor efter fugle og gnavere i skovbunden.

Sæt insekt-fælder op i græsset.

Kratersøen

Se babyfrøer og tudser i juni, når det har regnet.

Mosens Mini-landbrug: Besøg heste, grise og får.

Klimasøerne: Her kan man fange vanddyr!

Naturheste
Indenfor det store indhegnede område kan du møde naturheste

Find egern og skovskader her i området.

"Man kan gå på jagt efter rævehuler i skoven."
- Anbefalet af Tazia, 6 år

Skoven: hurtigt en, at se kal vil helst

Hasseltræer

"Man kan dyppe fødderne og soppe i vandet i bjergsøen, når det er meget varmt udenfor."
- Anbefalet af Amalie og Isabella

"Der er vildt mange babyfrøer i området bag ved mosen i juni, fordi de klækker lige her. Hvis det en dag har regnet, så er de overalt. Det er sjovt at opleve."
- Anbefalet af Katja, Dyrepasser ved Mosen

aktiviteter.

PIGEFODBOLD i HGI

på banerne bag højhusene

torsdage kl. 16.00



For piger **8 til 12 år**

Kom og spil fodbold med os!
Sjov, fællesskab og masser af kampe!

-  Nye spillere er velkomne!
-  Gratis prøvetræning!
-  Alle niveauer!

www.hoejegladsaxeif.dk



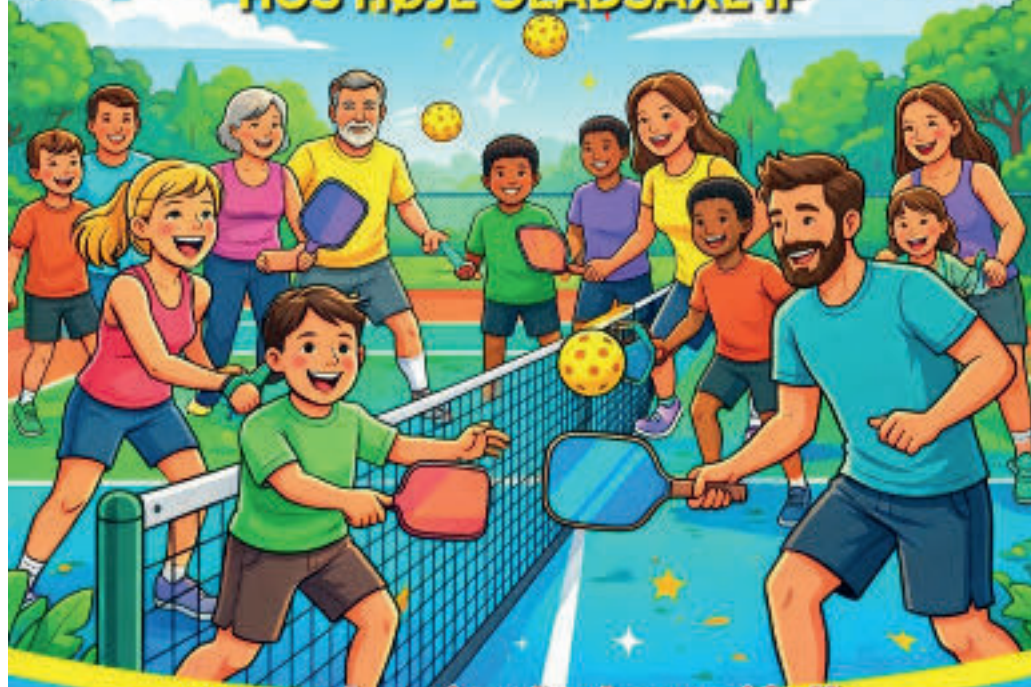
Tirsdage kl. 16.30- 18.00 .

Torsdage kl. 17.00- 19.00 .

Sommerferie til 11. august

KOM OG SPIL PICKLEBALL!

HOS HØJE GLADSAXE IF



www.hoejegladsaxeif.dk



SJOVT FOR ALLE!

Let at lære, hurtigt spil
og ren hygge!



SOCIALT FÆLLESKAB!

Mød nye mennesker og
hav det sjovt sammen!



HURTIGT AT LÆRE!

Simple regler – du er
hurtigt i gang på banen!



SUPER MOTION!

Få pulsen op og forbedr
din koordination!



FODBOLD

Prøv det hos

Høje Gladsaxe Idrætsforening



WWW.HOEJGLADSAXEIF.DK



HÅNDBOLD HERRER + 45 ÅR

Prøv det hos

Høje Gladsaxe Idrætsforening



WWW.HOEJGLADSAXEIF.DK

Hos **Sundt Liv Vejledningen** starter vi med dig og din hverdag. Vi tilbyder en gratis og anonym snak om søvn, stress, trivsel, kost, motion og vaner.
Uforpligtende – og på en måde der passer til dig.
Hver torsdag kl. 14-16

Mød os her:

BIBLIOTEK+

Høje Gladsaxe Torv 2A

2860 Søborg

OBS: Vi holder sommerlukket i uge 25 og uge 33



Nyt i området:

Ny indendørs klatrehal

GoMonkey som længe har haft klatrepark i Gladsaxe Kommune, har lagt sidste hånd på deres første indendørs lokation i den gamle skøjtehal på Isbanevej. Der bliver både noget for dem, som gerne vil hyggeklatre, men lige så meget for dem som gerne vil blive bedre til det.

Den 13. juni er der åbningsfest med en masse klatring, sjove indslag, konkurrencer og meget mere.



Glad sommer aktiviteter i Høje Gladsaxe

Igen i år har vi aktiviteter for børn og unge i sommerferien i Høje Gladsaxe, som en del af Gladsaxe kommunes Glad Sommer.

Uge 27: d. 29. juni – 3. juli:

- Skak for børn og unge, mandag til tirsdag kl. 9-16. Det foregår i Beboerhuset Pulsen.
- Naturuge for 3. – 6. klasse (10-13 år), mandag til torsdag kl. 10-14 hver dag. Naturugen foregår i Høje Gladsaxe Parken bag højhusene.
- Cirkus Panik for 1. – 9. klasse. Mandag – onsdag kl. 10-14 og torsdag kl. 10-18

Uge 28: d. 6. juli – 10. juli

- Kreative workshops for børn hver dag kl. 13-15 i BIBLIOTEK+
Kræver ikke tilmelding.

Uge 32: d. 3. august – 4. august

- Kursus i ansigtsmaling for 6. – 10. klasse, mandag til tirsdag kl. 12-15 i BIBLIOTEK+

Har du brug for hjælp til at tilmelde dit barn til Glad Sommer aktiviteter, så kom endelig ned i HG-vagten onsdag og torsdag mellem 16-18 og få hjælp af Vores HG. Du er også velkommen til at kontakte Majbrit på makrmo@gladsaxe.dk



Kom godt i gang med motion og nye fællesskaber

I Høje Gladsaxe er der fortsat fokus på sundhed, forebyggelse og gode vaner i hverdagen. Gennem forskellige aktiviteter kan man få støtte til at bevæge sig mere, spise sundere og blive mere opmærksom på egen sundhed. Der er forskellige aktiviteter, man kan melde sig til, alt efter hvad man har lyst til og behov for:

Diabetes Motivationsgruppe er for borgere, der har type 2-diabetes eller ønsker at forebygge sygdommen. Her er fokus på inspiration til sund mad, motion, fysisk aktivitet og erfaringsudveksling. Gruppen giver deltagerne mulighed for at arbejde med små, realistiske ændringer i hverdagen, som kan styrke sundheden over tid.

I Johnnys sunde madfællesskab laver deltagerne sund og velsmagende mad med inspiration fra Diabetesforeningen. Her er der fokus på gode kostvaner, mere energi i hverdagen og mad, der kan være med til at forebygge livsstilssygdomme.

I Old Boys Gym trænes der med fokus på kondition, styrke, balance og bevægelse. Træningen er for mænd, der gerne

vil holde kroppen i gang på en tryk og overskuelig måde.

Hyggefodbold spilles hver søndag kl. 18.00-20.00 ved hallerne ved Grønnemo-se Skole. Her får deltagerne bevæget sig, pulsen op og motion ind i hverdagen på en sjov og uformel måde.

I Fiskeklubben forsøger deltagerne at tage på fisketur cirka én gang om måneden. Her er der fokus på frisk luft, ro, bevægelse og gode oplevelser i naturen. Samlet set handler aktiviteterne om at gøre sundhed mere konkret og tilgængelig i hverdagen — med fokus på forebyggelse, bevægelse, mad og små skridt mod en sundere livsstil.

For mere information og tilmelding kan du kontakte **Mohammed i Bibliotek+ på telefon 24 40 69 96**.

Aktiviteten er en del af vores projektsamarbejde med Steno Center Copenhagen om forebyggende diabetes-indsats, særligt i forhold til mænds sundhed.



Duften af brunch breder sig i BIBLIOTEK+

Den sidste lørdag i hver måned bliver BIBLIOTEK+ fyldt med duften af frisk kaffe, lune retter og hyggelige samtaler, når vores populære brunch løber af stabelen fra kl. 10.30-12.00.

Bag brunchen står en engageret og sammentømret gruppe frivillige, som hver måned lægger tid, omsorg og kreativitet i at skabe en lækker og indbydende brunchoplevelse for alle deltagere. Menuen varierer fra gang til gang, så der er altid noget nyt at glæde sig til — men fælles for hver brunch er, at bordene bugner af hjemmelavede favoritter og god stemning. Brunchen er for alle i Høje Gladsaxe, og

uanset om du kommer alene, med familien eller sammen med naboen, er der plads ved bordet.

Hvor: BIBLIOTEK+

Hvornår: Sidste lørdag i måneden kl. 10.30-12.00

Pris: 40 kr. for voksne / 20 kr. for børn under 12 år

Tilmelding: til Susan på sms: 20937479.

Brunchgruppen holder ikke sommerferie, så derfor kan du både spise med i juni, juli og august. Vi glæder os til at byde jer velkommen til en formiddag med god mad, nærvær og fællesskab i Høje Gladsaxe.



Madbazar i Høje Gladsaxe

– en af sommerens hyggeligste dage er tilbage

Torsdag den 20. august kl. 16–20 inviterer vi igen til Madbazar ved Den Runde i Høje Gladsaxe Parken. Her kan du gå på opdagelse mellem forskellige madboder med smage fra bl.a. Indien, Thailand, Vietnam og Spanien – og måske prøve noget nyt eller finde en gammel favorit.

Der vil også være musik, underholdning og besøg af en tryllekunstner for både børn og voksne.

Vi håber, at I er klar til hyggelige møder, snakke på kryds og tværs og en sommerdag sammen med naboer og venner fra

Høje Gladsaxe. Vi glæder os i hvert fald til endnu en dejlig dag fyldt med mad, grin og fællesskab.

Madbazaren er gratis at deltage i, kun maden skal tilkøbes. Alle er velkomne – både børn, unge og voksne.

P.S.: Igen i år får vi besøg af Diabetesforeningens diabetesbus. Her kan alle gratis og uden tidsbestilling få lavet en risikoprofil og eventuelt en lille blodprøve, som analyseres på stedet. Ved forhøjet blodsukker henvises man til egen læge.



LOPPEMARKED

★ PÅ KIRKETORVET ★

HVER LØRDAG FRA KL. 9.00-14.00

HØJE GLADSAXE TORV 2



HVER LØRDAG • MAJ → SEPTEMBER

FIND SKATTE —
ELLER RYD UD DERHJEMME!



→ STADEPLADSER KØBES PÅ →
HGLOPPEMARKED.DK



Loppemarked

Mange har sikkert bemærket, at der hver lørdag er startet nyt stort loppemarked ved kirketorvet. Har du ikke været der, så kig forbi og gør et fund! HGI sælger sodavand og pølser. Stadepladser kan købes via hjemmesiden: www.hgloppemarked.dk



Portræt af en beboer...

Hvem bor i Høje Gladsaxe?

Navn og alder:

Diana, 60 år. Tandklinikassistent. Har 3 voksne børn og et barnebarn.

Hvor længe har du boet i Høje Gladsaxe?

Jeg har boet mange år i Søborg, men efter en skilsmisse takkede jeg ja til en lejlighed her. Tidligere var det et sted, man ikke så gerne ville til, og jeg har hørt de forfærdeligste ting om Høje Gladsaxe. Men jeg har aldrig følt mig utryg eller oplevet noget dårligt. Jeg har boet her siden 2017

Hvad kan du bedst lide ved at bo her?

Da jeg så udsigten var jeg 'blown away'! Jeg bor øverst oppe og jeg elsker min udsigt; det er fantastisk, at se aftensolen gå ned, det er altid en helt særlig farve. Jeg finder noget nyt hver gang. Og så elsker jeg at stå med min kikkert og se på fuglene.

Hvad er dit yndlingssted i området?

Jeg løber meget her i området på de små stier, 3,5-5 km. Derefter træner jeg på den store trappe. Jeg kan også lide at gå en aftentur med mit barnebarn; ikke langt fra kastanjestien er der frøer – der kan være mange, og man skal passe på ikke at træde på dem. Og så er der valnøddetræet, som jeg kan finde på at plukke lidt fra.

Hvad ville du ønske, at folk der ikke bor her, vidste om Høje Gladsaxe?

At her er trygt at være og et varmt fællesskab. Her er et godt naboskab, hvor vi hjælper hinanden. Til eid kommer mine naboer fx med mad og en anden har hjulpet mig med min motorcykel. Jeg har selv givet aflagt børnetøj videre til en familie. Og der er altid én, der er parat til en kop kaffe.



Vil du være med til at "Gå til tomat" i Spireriet?

I maj mødte en flok op, som alle var interesserede i at plante og dyrke tomater. Vi fik plantet de nye plantekasser til med tomater og sået krydderurter og blomster i vores nye grønne værksted "Spireriet", i glasoverdækningen mellem nummer 29 og 31.

Mads fra TAGTOMAT var inviteret til at hjælpe os i gang og han lagde ud med at fortælle helt praktisk om dyrkning af tomater. Derefter plantede vi de forskellige tomatplanter, som Mads havde med. Alle, som var mødt op, hjalp til og det gik rigtig godt med arbejdet. På billederne kan I se det flotte resultat.

Efterfølgende viste Mads også, hvordan man kan lave sin egen selvvandingskasse af en murerbalje, da vanding af tomater er altafgørende og det er nemt med selvvandingsystem.

Blandt nogle af deltagerne var det også et kæmpe hit at trille

frøbomber og få dejlig mudrede hænder.

Nu glæder vi os til at følge planterne gro og se, hvordan dette drivhus egner sig. Mads sagde, at varme er rigtig godt til tomatdyrkning, så det er godt.

Nogle var interesseret i at dyrke chili, så vi har nu også plantet nogle stærke chiliplanter.

Hvis du har lyst til at være med, når vi laver noget i Spireriet eller være med til at passe tomaterne hen over sommeren, så tag endelig kontakt til de to ansvarlige:
Rikke - Mobil: 20 23 75 01
Mail: bkbria@gladsaxe.dk
Majbrit - Mobil: 24 91 94 35
Mail: makrmo@gladsaxe.dk



Mød forskellige aktivitetsgrupper fra BIBLIOTEK+ og Høje Gladsaxe på Gladsaxedagen d. 22. august.

Igen i år har vi tilmeldt os til Gladsaxedagen d. 22. august. Det betyder, at vi har et telt, hvor vi kan fortælle om aktiviteter og fællesskaber i BIBLIOTEK+, Beboerhuset Pulsen, Spireriet og udeområderne i Høje Gladsaxe.

Sidste år deltog frivillige fra Young and new adult-læsekrederen, Bydelsmødrene, Seniorfoto- og videoklubben, Brunch, netværk for madspild, HG spiser sammen, Gastronomi for alle, Gladsaxe

whistklub m.fl. i vores fælles bod. Der er også foreninger fra Høje Gladsaxe, som har deres egen bod til Gladsaxedagen.

Det er dejligt, at vi sammen kan skabe synlighed om vores tilbud og få flere med i grupperne. Hvis du er med i en gruppe eller fællesskab, som gerne vil være med i vores fælles bod, så tag endelig kontakt til Majbrit på makrmo@gladsaxe.dk eller tlf.: 24919435.



Gladbyt kommer til HG

Snart er der en genbrugscontainer at finde på torvet udenfor Netto. Konceptet er, at man kan give, tage, eller begge dele. Det er mindre genbrugsting, der er velkomment i containeren; gerne køkken- grej, service, gode bøger, legetøj, puslespil, lamper, nipse-ting og lignende – ikke tøj og større genbrugsting.

Kom og se om du kan finde noget – eller måske har du noget liggende, som du ikke selv bruger længere, og som andre kan få glæde af? Containeren står der frem til sidst i juli.



BEBOERHUSET PULSEN

TIRSDAG:

Gå-tur med kaffe og brød	kl. 10.00
Sundhedscafé for kvinder	kl. 12.30
Syning med Malali	kl. 14.00
Tirsdagsklub for kvinder	kl. 19.00
(1. tirsdag i måneden)	

TORSdag:

Kor med Lungeforeningen	kl. 13.30
(Hver anden uge i ulige uger)	
Skak for juniorer	kl. 17.30
Skak for voksne	kl. 19.00

FREDAG:

Kvindegruppe	kl. 19.00
--------------	-----------

LØRDAG:

Undervisning i arabisk for børn fra 7-12 år med Bydelsmødrene	kl. 12.00
Forældregruppe for mødre	kl. 16.00

SØNDAG:

Hobbydag	kl. 10.00
(1. & 2. søndag i måneden)	



START NYE AKTIVITETER I PULSEN

Hvis du har spørgsmål til nuværende aktiviteter eller ideer til nye aktiviteter, så tag kontakt til Majbrit fra Vores HG på 24 91 94 35 eller på makrmo@gladsaxe.dk

Følg gerne med på Facebook/VoresHG og tjek opslag i opgangene, hvor du kan læse mere om arrangementer i Høje Gladsaxe.



**SCANDIA
LÅSESERVICE**

Søborg Hovedgade 8

Tlf. 39 69 34 56

Oplukning - Døgnvagt

Tandlæge

Karsten D. Laugesen ApS

Høje Gladsaxe Torv 2, 1. sal
2860 Søborg

Tlf.: 39 67 65 08

Åben:

Mandag	08.00-18.00
Tirsdag	08.00-13.00
Onsdag	09.00-18.00
Torsdag	08.00-16.00
Fredag	08.00-13.00



- Tilslutning af vaske- og opvaskemaskiner
- Rensning af afløb
- Levering og montering af sanitet, baderumsmøbler, blandingsbatterier og køkkenvaske
- Find inspiration på vores linksamling eller kontakt os

Varme og vand a/s

Glerupvej 6

2610 Rødovre

Tlf. 36 72 00 78

info@varmeogvand.dk

www.varmeogvand.dk

(tidligere Svend Breils Eftf. ApS)

NÅR DER SKAL MALES
city gruppen a/s

38 10 73 03 / 20 81 51 04



... også B-ordning

city gruppen a/s

Du kan stadig nå at tilmelde dig Cirkus Panik!

Det hele startede for mere end 20 år siden, hvor Dansk Røde Kors fik den gode idé at få Cirkus Panik til Høje Gladsaxe.

Det satte gang i en fin tradition for hele Høje Gladsaxe. SFO og Klub Grønnemose har siden været en aktiv del at cirkusugen, og det sker igen i år - i uge 27 slår Cirkus Panik for 21. gang teltet op ved bålpladsen.



Vil du lære at jonglere, køre på ethjulede cykler, lave akrobatik, gå på stylder, lave klovneri, danse og meget mere? Du kan stadig nå at tilmelde dig. For alle børn fra 1.-9. klasse.

Tilmelding kan ske i BIBLIOTEK+

Frivilliguge i uge 39

Det varer lige lidt, men sæt i allerede nu X i kalenderen: Vi fejrer frivilligugen sammen med resten af Danmark d. 21. – 27. september. I år fejrer vi frivilligugen med forskellige åbne arrangementer for frivillige og engagerede i BIBLIOTEK+ og Høje Gladsaxe samt alle andre, som er nysgerrige på vores fællesskaber og aktiviteter. Der kommer til at foregå ting og sager både i BIBLIOTEK+, Pulsen, Spireriet, udeområderne og måske andre steder i vores lokalområde. Planlægningen er i fuld gang. Hvis du har en god idé



til et arrangement i ugen, så kig endelig forbi og snak med os. Du kan også kontakte Majbrit på makrmo@gladsaxe.dk eller tlf.: 24919435.

Vores HG i HG-vagten

Vidste du, at i HG-vagten kan du komme med alt det, der rører sig i dit liv. Intet er for stort – og intet er for småt. Det er hver **onsdag og torsdag i BIBLIOTEK+, i biblioteksrummet, fra kl. 16-18.**

Mohammed, Line og Oliver står klar til at hjælpe med:

- Vejledning og støtte i hverdagen
- Brobygning til tilbud og netværk i kommunen

- Sundhedsfaglige og socialfaglige spørgsmål
- Frivillighed, engagement og fællesskaber
- Samtaler om både små og store udfordringer, tanker eller bekymringer.

Uanset om du har et spørgsmål, en idé eller bare lyst til en snak, så kom endelig forbi i HG-vagten.

Vi glæder os til at se dig.



	8	4	2	5	7	3	6	9
7	2					5	8	4
3			6	4			2	1
5				1	9	6	7	3
						1	5	8
8	1					4		
			5	8	4	9	3	6
4				2			1	5
6	5					2	4	7

Udfyld de tomme felter, så hver søjle og række indeholder alle tallene fra 1 til 9 præcis en gang.

Der er indkommet 18 løsninger af april måneds sudoku.
Jane Hansen, HG 15, IH har vundet lodtrækningen om en
overraskelse blandt de rigtige løsninger.

Vind en overraskelse

Aflever løsningen på Inspektørkontoret senest 20. september
og deltag i lodtrækningen om en præmie. Vinderen får direkte
besked og offentliggøres i næste nummer.

8	5	4	2	6	1	9	7	3
3	9	2	5	8	7	1	6	4
6	1	7	9	4	3	8	5	2
4	8	3	6	2	5	7	9	1
2	7	5	4	1	9	3	8	6
1	6	9	7	3	8	4	2	5
5	3	1	8	7	6	2	4	9
7	2	6	3	9	4	5	1	8
9	4	8	1	5	2	6	3	7

Løsning på april sudoku

Navn _____

Adresse _____

Telefonnummer _____

Har du brug for en hjælpende hånd?



Røde Kors har en frivillig **parathjælper**, der står klar til at hjælpe dig, hvis du står og mangler en hjælpende hånd.

En **parathjælper** kan hjælpe dig med at:

- Købe ind
- Hente medicin
- Følge dig til lægen eller hospitalet
- Hænge en lampe op
- Samle et møbel
- Og meget andet

Hjælpen er tidsbegrænset, og du kan derfor kun få hjælp med én opgave ad gangen. Men du kan altid kontakte **Parat**, hvis du får brug for hjælp igen.

Parat hjælper ikke med:

- Rengøring
- Børnepasning
- Personlig pleje
- Madlavning

Har du brug for hjælp?

Så ring på tlf. 38 202 202 eller skriv til rodekors.dk/parat

Farvel til Stefanie...

Så er tiden kommet til, at jeg skal videre. 6 år er gået og jeg har været utrolig glad for at være en del af Høje Gladsaxe og for alle de mennesker, jeg har mødt undervejs. I har alle sat spor, og gjort min hverdag både meningsfuld, nærværende og fyldt med gode øjeblikke.

I min tid her har jeg blandt andet lavet sundhedsvejledninger og hjulpet nye sundhedsfællesskaber i gang i BIBLIOTEK+ og rundt i området. Og hvor har det været fantastisk at være en del af og

opleve den motivation og det engagement, der findes hos jer.

Det er svært at slippe noget, man har været så glad for, men nogle gange kalder noget nyt; og jeg starter 1. juni på nyt job i Københavns Kommune. Tusind tak for alt det, I både har givet til mig, BIBLIOTEK+ og området – smil, energi og fællesskab. Det vil jeg tage med mig videre.

Tak for nu, Stefanie





Du kan finde os på Facebook, søg på Vores HG

BIBLIOTEK+
Høje Gladsaxe Torv 2A

Mød os onsdag og torsdag
kl. 16-18
i BIBLIOTEK+



Lene Jensenius
lj4000@fd-hg.dk
24 93 19 47



Line Steenberg
LIBOST@gladsaxe.dk
20 55 92 77



Majbrit K. Mouridsen
makrmo@gladsaxe.dk
24 91 94 35



Helle Jelstrup
sofhje@gladsaxe.dk
20 48 89 97



Monique Nielsen
mogeni@gladsaxe.dk
26 12 25 44



Mohammed K. Ahmed
MOKHAH@gladsaxe.dk
24 40 69 96



Oliver Andersen
OLBOAN@gladsaxe.dk
24 41 07 19

Nyt fra Vores HG

Dem der har boet i Høje Gladsaxe i mange år ved, at der altid har været et højt niveau, hvad angår beboeraktiviteter i området. Det er derfor nok heller ikke en overraskelse, at besøgstallet i BIBLIOTEK+ stadig stiger, og at der stadig kommer nye aktiviteter til. Blandt andet fordi ikke alting kan foregå i enten Pulsen eller BIBLIOTEK+, har vi taget en af glasoverdækningerne i brug. Vi har kaldt det 'Spireriet', og det ligger ved siden af vaskeriet mellem nr. 29 og 31. Det er blevet et dejligt rum at opholde sig i for folk med interesse for det grønne; der er blevet byttet frø, planter, chili og nørdet tomat-sorter. Flere aktiviteter er på vej og flere kan være med.

At sommeren er over os betyder, at mange unge mennesker afslutter deres uddannelse. Tag godt imod dem derude – stort tillykke til

dem! Sommer betyder også ferie, og hermed en opfordring til at gøre brug af de mange aktiviteter, der er for børn og unge. Ikke bare i vores område, men i hele kommunen.

Vi er heldige at have gode og søde kolleger i BIBLIOTEK+ og Vores HG, men nogle gange bliver man nødt til at sige farvel. Vores dygtige sundhedskonsulent Stefanie har fået nyt job, så efter sommerferien skal vi byde velkommen til en ny i Sundt Liv Vejledningen og Vores HG. Herfra skal lyde kæmpe tak til Stefanie for hendes store indsats, og held og lykke på den videre færd!

BIBLIOTEK+ er åbent hele sommeren, og du kan møde os de sædvanlige tidspunkter: Onsdage og torsdage kl. 16-18. Rigtig god sommer til alle.

Hilsener fra Helle, Monique, Majbrit, Line, Mohammed, Oliver og Lene

NAVNLIG OM UDVALG OG KLUBBER



lejerbo



MotionsklubLMK

Motion, sol og bordtennis

Kasserer: Kirsten Nielsen, HG 12, st. tv.



Ind- og udmeldelser samt salg af solarienøgle:



Første onsdag i måneden mellem kl. 18-19
efter telefonisk aftale på tlf. 27 15 09 30
(juli, august og december undtaget)



AB's Fitnessklub

Ind- og udmeldelse:

Den tredje torsdag i hver måned på
viceværtens kontor HG 47 st.

I tidsrummet kl. 16-17 vil Ingrid
Rasmussen være der.

*Ind og udmeldelse samt møntsalg er lukket
i hele skoleferien.*



Møntsalg til massagestol er:

**Den tredje tirsdag i hver måned mellem
kl. 17 og 19**



Hobbyklubben

Værksted og billard

Kontaktperson / Kasserer:

Hans Erik Nielsen, HG 5, st. th.
for ind- og udmelding 1. onsdag i
måneden kl. 18-19 (juli lukket)



Billardklubben

Jan Aastrup

HG 41, 11 th. Tlf. 20 97 79 78



HG Fotoklub

Formand Helge Bendtsen, HG 10, st. th.

Henvendelse: hgfotoklub@gmail.com

www.HGfoto.dk



Beboerklubben

Billard og motion

Henvendelse til

formand René Ziegenberg

Tlf. 40 35 88 03



Hobbyklubben

Nøgle og indmeldelse

Vicevært

HG 31 B. Tlf. 39 69 02 94

NAVNLIG OM UDVALG OG KLUBBER



Hobbyklubben AAB afd. 52

Højhuset:
Hobbyklub, billard og mødelokale
Nye medlemmer optages ved
henvendelse til:



Formand, Alex Koch Hansen,
HG 15, 4. th.
Kasserer Bjarne Dahl
HG 17, 7. th.



Billardklubben

Formand Bodil Dohn,
Høje Gladsaxe 72, st. tv.
Kasserer Dorte Jensen, HG 80, 2. tv.



Sauna/Solarium Højhuset 11-19

Formand Heidi Drejer, HG 17, 5.tv.
Kasserer Helge Steadmann,
HG 13, 3. tv.
Møntsalg/ind- og udmeldelse m.v.:
1. mandag i hver måned kl. 18.00-19.00
HG 13, 3. tv.



Vinklubben Gærzellen

Lavhusene 68
Formand Dorte Jensen
HG 80, 2.tv.
Kasserer Vita Hansen
HG 80 st.th.



Solarium Højhuset

Formand:
Keld Møller
Mobil 23 24 85 86



3B Motionsklub Højhuset

Mail: motionsklub@3bhg.dk



Billardklubben Firkanten

Formand Brian Pedersen, HG 84, 2. th.
Tlf.: 30 86 06 89
Mail: billardklub@3bhg.dk



Kondiklubben & Sauna 'FIRKANTEN'

Ind- og udmeldelser
Henvendelse på tlf. 42 46 12 23,
Rikke Christensen
onsdage mellem 17 - 18.
Husk at oplyse bolig nr.



Gladsaxe-Hero Boldklub

www.gladsaxe-hero.dk
Formand: Per Sundberg
Tlf. 21 12 67 14



HGI

Formand: Ole Elsholm
Tlf. 40 71 94 96
www.hoejegladsaxeif.dk

Åbnings- og telefontider på Inspektørkontoret

Åbningstid: Daglig kl. 11-12 samt torsdag kl. 16-18.

Telefontid: Mandag-torsdag kl. 12-13, fredag dog kl. 11-12, torsdag tillige kl. 16-18.

Telefon 39 69 47 88. E-mail fdi@fd-hg.dk

Høje Gladsaxe Bladet

Udgives af Fællesdriften
og redigeres af et udvalg
bestående af et medlem fra
hver af de fem afdelingsbestyrelser

Stof til bladet bedes sendt til

Fællesdriften
Høje Gladsaxe Torv 2B
2860 Søborg
eller lægges i Inspektørkontorets
postkasse/e-mail: fdi@fd-hg.dk

Stof til næste nummer, se side 4.
Meninger og synspunkter i indlæg og artikler
dækker nødvendigvis ikke Fællesdriftens og
redaktionens mening.

Redaktion og annoncer:

Ansvarshavende Jesper Loose Smith
Telefon 39 69 25 44

For AAB:

Kristian Niebuhr, HG 56, 3. th.

For 3B:

Ulla Trøjmer HG 112, kld. th.

For AB:

Flemming Larsen, HG 43, st. h.

For Lejerbo:

Rene Dupont, HG 7, 11.mf.

For FSB:

Vakant

For Fællesdriften:

Birgit Olin, HG 25. 11.tv.

Teknisk afdeling / vagthavende ejendomsfunktionær

Telefon 39 69 53 71