



# Østbækposten



## Kære Alle

Så er efteråret godt i gang og snart er det vinter, tiden stilles tilbage og mørkere dage sætter ind.... Det kan for nogen føre til modløshed savn og ængstelse. Snart skal vi pynte til jul og her faldt mine tanker på de skønne julehjerter. Et skriftsted har i de seneste måneder stået mig særligt nær og med tanke på julehjerterne, vi snart skal pynte med, genkalder jeg mig dette skriftsted:

"Glad hjerte giver et venligt ansigt, med lidelse i hjertet følger modløshed" (Ordsprogenes bog kap.15.13)

Må julens hjerter minde os om "glade hjerter", så du undgår lidelse i hjertet og dermed modløshed, selv i den mørke tid. Mit ønske for jer alle der læser dette nyhedsbrev og som venner af huset er, at du må have et "glad hjerte" og at vi med vores væremåde, fortsat kan inspirere og "smitte" hinanden med vores glæde i hjertet. Jeg ser meget frem til at vi kan pynte op med julens hjerter som glæder sig over hverdagen, det vi har og de ressourcer vi hver især er blevet givet.

Glædeligt efterår og vel mødt til vores julestue 30.11./ Marianne Søndergård

## Ny trampolin

Pengene som vi fik i gave til vores jubilæum i december er brugt på en trampolin og discgolf til haven ved shelterområdet. Vi har fået hjælp af et hold unge mænd fra Ølgod til at grave hul til trampolinen samt samle og sætte den op. De kom forbi med deres rendegraver en aften i sensommeren, hvor noglele gravede hul mens andre samlede trampolinen. Alt i mens vores beboere så nysgerrigt og længselsfuldt til...



Både trampolin og discgolf bliver brugt flittigt og giver gode muligheder for motion, bevægelse og sjov med hinanden.

## Julestue

Vi er så småt ved at forberede julestuen som i år er lørdag d. 30. nov. Forberedelsestiden er ret hyggelig da vi klipper/klistrer/bager mm for at få det hele klar. Det kommer til både at dufte og smage....

Vi modtager gerne gaver eller penge til indkøb af gevinster til julestuen.

## Frøfestival

I oktober var vi til årets Frøfestival. Temaet i år var "Biograf" Vi var alle filmstjerner der skulle til præmiere i Biografen. Ved indgangen var der en rød løber, vi blev budt velkommen af Olsen Banden og vi kunne få popcorn. Andre filmstjerner som Pippi Lanstrømpe og Anna og Elsa fra Frost var også med til biografpræmieren. Det var en hyggelig festival med masser af kreative værksteder, musik, festsaften og tid til samvær med hinanden. Alle vores beboere er ret vilde med denne festival, da der efterhånden er ved at være en del kendte ansigter og Frøstruphave Efterskole, hvor festivalen afholdes, er også ved at være et kendt sted for vores beboere.

## Linedance til pårørende dag

Hvert år i september inviterer vi alle vores beboeres pårørende til en dag med møde i boligforeningen og derefter er der frokost, fælles aktiviteter, kaffe og masser af snak. I år var en af fællesaktiviteterne linedance. Vi havde besøg af to linedansere fra Skjern. Vi dansede på parkeringspladsen og det foregik med musik, cowboyhat, stor koncentration og sjov med hinanden.



## Nye ansigter på Østbækhuset

I august flyttede Alexander ind i vores sidste tomme lejlighed. Han er 19 år og går til dagligt i skole på STU i Gårde. Han er en glad og hjælpsom ung mand der smitter os alle med sit glade humør.

Vores kollega Emma er på barsel og i stedet for hende har vi ansat Martin Fredensborg. Martin er født og opvokset i Ølgod-området og er derfor et kendt ansigt i huset og byen. Velkommen til dig Martin, vi glæder os over at du har lyst til at prøve kræfter med os.

## Til opslagstavlen

**8. november:** Mortensaften

**30. november:** Julestue kl. 10-15 på Østbækhuset

**20. august 2025:** Sommermøde hvor alle er velkommen til mødeaften med tale og sang kl. 19.00 – 20.30

**6. september 2025:** Pårørendedag

Industrivej 19,  
6870 Ølgod.  
Tlf: 75 24 59 47  
([kontor@ostbaekhuset.dk](mailto:kontor@ostbaekhuset.dk))

Leder:  
Marianne  
Søndergård  
Tlf: 40 71 00 25

Formand:  
Bjarne Hvidberg  
Hulvigvej 18  
6862 Tistrup  
Tlf. 75 24 60 97

Gaver modtages  
med tak –  
kontonr.:  
7703-1103161  
Mobilepay  
608956

