

# Nyheder fra Titanparken

## November/ December 2014



Vinteren er ved at nærme sig, og det er derfor tid til et nyt nyhedsbrev. Nyhedsbrevet udkommer hver 2. måned og vil informere beboerne om nyheder fra Titanparken, nyt fra Den Sociale Vicevært, informationer fra Ejendomskontoret og nyt fra Afdelingsbestyrelsen.

### **Lærerig dag i førstehjælpens tegn**

Lørdag d. 4/10 blev der afholdt førstehjælpkursus for beboere i Titanparken. I alt var der 8 deltagere, der alle klarede kurset rigtig godt og fik stor viden om, hvordan man skal håndtere en ulykkesituation. Der blev blandt andet lavet øvelser i hjertemassage og aflåst sideleje. Der var en god stemning, hvor der både var plads til grin og dødsensalvorlige spørgsmål. Titanparken er nu blevet 8 eksperter rigere, og forhåbentligt får ingen af dem brug for deres viden i praksis.

Stor tak for en god og lærerig dag!

### **Inspirerende mandage om sundhed**

Tak for nogle gode mandage til oplæg om sundhed ved Shanaz fra Forebyggelsescenteret Nørrebro. Der er blevet blandt andet blevet målt blodtryk og lavet god sund mad. Vi håber, at I vil komme til de næste mandage også.

### **God aften med Basim Osman**

Tak for et rigtig godt og spændende foredrag med Basim Osman. Stemningen var god, og der blev lyttet, stillet spørgsmål og grinet en masse. Vi håber, at I vil komme til næste foredrag.

**Titanparkens hjemmeside: [www.titanparken.dk](http://www.titanparken.dk)**  
**Titanparken på facebook: Titanparken AKB**

# Aktiviteter i Titanparken

## Sundhedsforløbet fortsætter...

Sundhedsformidler, Shahnaz, fra Forebyggelsescenteret Nørrebro kommer de næste 2 mandage.

Datoerne er d. 10/11 og 17/11.

Tidspunktet er kl. 16.00 -18.00 i Fælleshuset.

Der vil være kaffe, the og frugt.

Det er gratis for alle.

Der er børnepasning for alle børn mellem 3- 12 år.



## Kan der spares penge på huslejen? Foredrag v. John Frese

Hvem har mulighed for at ændre på huslejen? Og kan man undgå huslejestigninger i Titanparken?

John Frese vil starte med et oplæg, hvor der efterfølgende vil være mulighed for at stille spørgsmål.

Efter oplægget vil der være en lidt mad.

Dato: 19/11 kl. 18.00 – 20.00 i Fælleshuset. Der er børnepasning for børn mellem 3- 12 år.



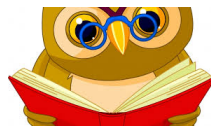
## Højtlesning for børn i alderen 0 - 8 år.

Kom med til højtlesning for de mindste i Titanparken, hvor to fra Nørrebro Bibliotek kommer og læser højt.

Der vil være kaffe, the og frugt.

D. 8 dec. Kl. 16.00 – 17.30 i fælleshuset

Det er gratis for alle



# Aktiviteter i Titanparken

## SMS- service

Vil du modtage en sms angående aktiviteter og arrangementer i Titanparken? Så ring til Helle, den sociale vicevært på tlf. 21371373 eller send en mail til [aktivitet.titan@gmail.com](mailto:aktivitet.titan@gmail.com) med dit telefonnummer.



## Faste aktiviteter

### **Mandag: Adventureklub kl. 16.00 -17.30 ved fælleshuset**

Adventureklub er for alle børn mellem 6 – 12 år, der vil lege og bevæge sig. Legene foregår udendørs.

### **Tirsdag: Syklub kl. 17.00 – 19.00 i fælleshuset**

Syklubben er for alle kvinder, der gerne vil sy, hækle eller strikke.

### **Onsdag: Lektiecafe kl. 16.00 – 18.00 i fælleshuset**

Lektiecafeen er for alle børn mellem 6 – 18 år, der gerne vil lave lektier og have mulighed for hjælp til lektierne.

### **Hver anden torsdag: Læsegruppe kl. 16.00 – 17.30 i fælleshuset**

Læsegruppen er for alle kvinder, der gerne vil læse tekster på dansk sammen og blive bedre til at det danske sprog.

### **Hver anden torsdag: Kvindecafe kl. 16.00 – 18.00 i fælleshuset**

Kom og vær sammen med kvinder fra forskellige kulturer. Der er te og kaffe og tid til en hyggesnak. Der vil være forskellige aktiviteter.

**Har du en god ide til en ny aktivitet, så er du meget velkommen til at kontakte aktivitetsmedarbejder, Johanne på tlf.: 21761049.**

# Den Sociale Vicevært

Mit navn er Helle, jeg er uddannet socialrådgiver og arbejder som social vicevært i Titanparken.

## Jeg giver råd og vejledning:

- ❖ Hvis du har problemer med at betale husleje, kan jeg hjælpe med at lave afdragsordninger med AKB i forbindelse med huslejerestance
- ❖ Om gæld og økonomi
- ❖ Hvis du skal have hjælp til at få kontakt til kommunen eller andre myndigheder
- ❖ Hvis du har problemer med at få udbetalt dine ydelser
- ❖ Hvis du har problemer med naboen eller andre beboere
- ❖ Personlige problemer
- ❖ Ensomhed
- ❖ Eller noget andet



**Jeg har tavshedspligt, så det vi taler om bliver ikke sagt videre til andre**

## Jeg kan træffes i Fælleshuset:

Hver mandag fra klokken 10.00 – 12.00

Hver torsdag fra klokken 15.00 – 17.00

Hvis tidspunkterne passer dårligt, kan du kontakte mig, så finder vi et andet tidspunkt:

Tlf. 21371373

Mail: [hgi@kab-bolig.dk](mailto:hgi@kab-bolig.dk)

# Den Sociale Vicevært

## Pas på indbrudstyve i Titanparken

Der har i den sidste tid været en del flere indbrud i lejligheder i Titanparken, end der plejer at være.

Så hold godt øje med området og hinandens lejligheder!



**NABOHJÆLP**

Vidste du, at hvert 4. indbrud kan forebygges med nabohjælp?

Nabohjælp er et samarbejde mellem det kriminalpræventive og Trygfonden.

Se mere på hjemmesiden:  
[www.nabohjælp.dk](http://www.nabohjælp.dk)

## Penge til arrangementer?

Har du en god ide til en aktivitet eller arrangement for beboerne i Titanparken? Og skal der bruges penge til afholdelse af den??

Du har mulighed for at søge penge til aktiviteter og arrangementer i Titanparken. Kontakt Helle, den sociale vicevært, hun kan hjælpe med at søge penge til din gode ide.

# Ejendomskontoret

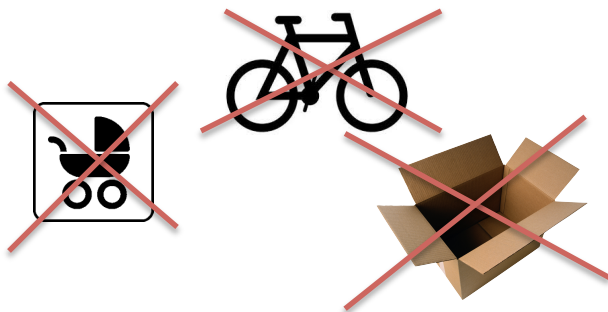
## Opgange

Det fælles gangareal og trapperum er godkendt som adgangsveje og flugtveje, og de skal derfor være ryddet og tilgængelige.

**Det er derfor ikke lovligt at stille ting eller andet i opgangene.**

Dette gælder blandt andet:

- Affald
- Møbler
- Cykler
- Barnevogne
- Andre ting



Hvis der opstår brand, skal alle beboere have mulighed for at komme hurtigt ud, og det er derfor ikke tilladt, at stille sine ejendele på de fælles indendørsarealer.

Denne regel står også beskrevet i Titanparkens husorden.

## **Der er plads i kælderen til cykler og barnevogne.**

Hvis du vil have adgang til barnevognsrum, skal du henvende dig på ejendomskontoret i åbningstiden.

### **Åbningstid på Ejendomskontoret:**

Tirsdag, Onsdag, Fredag:	kl. 8.30 – 9.00
Torsdag:	kl. 16.00 – 17.00

### **Telefontid på tlf.: 35838940:**

Mandag, tirsdag, onsdag og fredag:	kl. 9.00 – 10.00
Torsdag:	kl. 15.00 -16.00

# Afdelingsbestyrelsen

## Udvalg i Titanparken

Afdelingsbestyrelsen har oprettet fire udvalg, som hver har en torveholder fra bestyrelsen. Bestyrelsen håber, at beboerne vil melde sig ind i udvalgene, og sammen vil vi så sætte rammerne for, hvordan udvalgets arbejde skal tilrettelægges. Det er individuelt for hvert udvalg hvilke opgaver og tid, man skal ligge i udvalget.

### De fire udvalg:

#### Fælleshusudvalget

Dette udvalg handler om at være med til at bestemme, hvordan fælleshuset skal se ud og hvilke standarder, der skal være for service mv. I udvalget kan du være med til at ligge fremtidige planer for Fælleshuset. Udlejning står Ejendomskontoret for og optælling og rengøring vil Titanparkens rengøringsfirma stå for.

#### Netværksudvalget

Dette udvalg handler om at være med til at arrangere/opbygge sociale netværk beboerne imellem. Netværket skal arbejde sammen med Helle og Johanne, men når disse stopper, er det tanken at Netværksudvalget kan tage over og køre videre.

#### Have/Gård-udvalget

Dette udvalg handler om at være sammen om at opstille retningslinjer for, hvordan en god have og gård skal se ud.

#### Affaldssorteringsudvalget

Dette udvalg handler om at være med til at finde på gode kreative idéer, der kan gøre Titanparken bedre til at affaldssortere, som foreskrevet af Københavns Kommune, så vi kan holde huslejen nede.

# Afdelingsbestyrelsen

## Afdelingsbestyrelsens repræsentanter i udvalgene:

**Netværksgruppen** repræsenteres af Fadli Kadim

**Affaldssorterings- eller renovationsgruppen** repræsenteres af Nakalema Iversen

**Have/Gård-udvalget** repræsenteres af Jan Erik Olsen

**Fælleshusetudvalget** repræsenteres af Farid Chahade

## Afdelingsbestyrelsens rolle i udvalgene

Afdelingsbestyrelsens (AB) repræsentant er med på lige fod med de andre medlemmer af udvalgene. De fortæller AB, hvad der sker i udvalgene og kan også formidle beskeder fra AB til udvalgene. Udvalgene skal så være med til at stille gode kreative forslag, som kan vedtages ved beboermøderne.

Afdelingsbestyrelsen opfordrer alle til at melde sig til det eller de udvalg, som man synes, man har lyst og tid til at bidrage til. AB håber at så mange beboere som muligt vil melde sig, så vi kan løfte i flok!

## Kontaktoplysninger

Afdelingsbestyrelsen kan træffes den første torsdag i hver måned i fælleshuset kl. 18.00.

Hvis ikke du har mulighed for at møde op, så er du velkommen til at sende en mail til [ab@titanparken.dk](mailto:ab@titanparken.dk).