

DALGAS-POSTEN

Nr. 4 april 2026

30. årgang



Månedssblad for Folkehuset Dalgas
Distrikt Midt
Dalgas Avenue 54 8000 Aarhus c
Tlf. 8713 1600

Redaktionsudvalget:

Anders Andersen

Mariann Larsen

Evt. indlæg til Dalgas-Posten kan sendes til:

dalgasposten@yahoo.dk

Bladet er gratis. Oplag 200 stk. Tryk: Folkehuset Dalgas.

Dalgas-Posten kan sendes til din mailboks, hvis du sender en mail til bladet med din mailadresse.

Bladet kan også læses på internettet:

**I skal google Folkehuset Dalgas, gå ind under
"Kom og vær med" så findes Dalgas-Posten
nederst på siden.**

**Følg også FOLKEHUSET DALGAS
på Facebook**

SUNDHEDS-KLINIKKERNE

**DALGAS, ANKERSGADE, ROSENVANG OG
MARSELIS HAR KUN ÅBENT
EFTER AFTALE FRA KL. 8.00—15.00.**

Kontaktes via

**Sundheds- og Omsorglinjen's
tlf. 8713 1600**



Gudstjeneste i "Udsigten"

tirsdag den 7. april

Kl. 14.00 – 16.00

Efter gudstjenesten drikker vi kaffe og får os en hyggelig snak med hinanden, hen over bordet.

Kom og vær med og tag din nabo med.



Kom og syng med !

**Torsdag kl. 13.30 - 15.00
i Aktivitetslokalet**

Musik, kaffe/te og kage 40,- kr.

(medbring gerne aftalte penge)





Så er det igen forår og vi er klar til **PETANQUE**

Vi starter mandag d. 13. april kl. 10

**og mødes derefter
hver mandag**

(hvis vejret tillader det)

KL. 10.00—12.00



Øvede eller uøvede—det er lige meget!!

**Bare mød op på banen, som ligger ved
Restauranten's vareindlevering, mod Skovbrynet.**

Har I spørgsmål kontakt da Lone i nr. 112

på tlf. 21 75 82 10.



**Vi spiser sammen og
Livekoncert med
THE RINGOS**

Fællesspisning og koncert i Restaurant Tangkroen.

Menu: Unghanebryst med kålvariation, rabarber chutney, hønsesky og kartofler. Drikkevarer tilkøbes.

Rådet byder på kaffe/the og småkager.

Livekoncert med The Ringos, som spiller Beatles sange, som The Beatles ville have gjort det i dag - hvis de kunne.

Dørene åbner i Restaurant Tangkroen kl. 17.

Køb din billet 180 kr. i lige kontanter fredag

27.3.26 mellem kl. 11-12 foran aktivitetslokalet i Folkehuset Dalgas hos rådet.

**Mandag
13.4.26
17.30-
21**



Folkehuset Dalgas folkehuset Dalgas og Restaurant Tangkroen, Dalgas Avenue 54, 8000 Aarhus C



TUR MED BUSSEN I APRIL

**ONSDAG DEN 15. APRIL KØRER VI TIL ODDER
FRA KL. 10.00 TIL CA KL. 13.00.**

**VI STANDSER VED KVICKLY, FOR AT FÅ EN KOP KAFFE.
TILMELDING TIL TUREN SKAL SKE **MAND. D. 13. APRIL**
MELLEM KL. 9.30 OG 10.00 PÅ TLF. 2021 2550.**

**MAN KAN IKKE TILMELDE SIG FØR KL. 9.30 OG MAN KAN KUN
TILMELDE SIG SELV. TILMELDING TIL TUREN SKER EFTER
FØRST TIL MØLLE-PRINCIPPET.**

NYHED...

**DET ER BESLUTTET, AT DET FREMOVER ER GRATIS AT
KØRE MED BUSSEN, SÅ DERFOR SKAL I KUN BRUGE
PENGE TIL KAFFE/THE M.V.**



Søndagsbio



**Filmen vises i "Aktivitetslokalet"
søndag den 19. april kl. 14.00.**

Filmen varer 98 min. + ca. 1/2 times pause.

Alle er velkomne fra kl. 13.30

Kaffe og kage kan købes for 30.00 kr.

HUSK....gerne aftalte penge.

AI Undervisning

D. 21/4/2026 Kl.14 - 15:30

Dalgas avenue 54
Aktivitetslokalet



Om undervisningen

Undervisningen foregår i et roligt tempo og vil blive en introduction til forskellige simple former for AI og, hvordan de kan bruges.

Tilmelding

For tilmelding send 50kr. på mobilepay til 61283726

Vær obs på ...at I selv skal tilmelde jer og betale på det nr. der vises herover.



Din Digitale Ven

Din Digitale Ven hjælper ældre med at føle sig trygge i en digital hverdag. Vi forklarer teknologi i roligt tempo og med tålmodighed, uanset om det handler om mobil, computer, mail eller printer. Hos os er der ingen dumme spørgsmål, kun venlig hjælp.



WORKSHOP: POSITIV TÆNKNING

FOLKEHUSET DALGAS 25. APRIL KL. 13:30-16.



VI TALER OM:

- EFFEKTEN AF MINE TANKER
- SELVRESPEKT OG SELV-LEDELSE
- BALANCE MELLE MÅSKULINE OG FEMININE KVALITETER

KRISTOFFER LANGE OG DORTE HAUN NIELSEN ER BEGGE ERFARNE
UNDERVISERE OG HAR ARBEJDET MED MEDITATION OG
SELVUDVIKLING I OVER 20 ÅR.

Læs mere og tilmeld dig på
brahmakumaris.dk





LÆSEGRUPPE PÅ DALGAS



Hver mandag

i "Aktiviteten" fra kl. 15.00—17.00

Læseguiderne Hanne og Lotte, kommer og læser for jer og derefter får I en god snak om emnet og evt. stiller spørgsmål til det læste.

Til info....der skal ikke læses noget hjemmefra, alt foregår i de 2 timer hvor I mødes.

HUSK...der hygges også med en kop kaffe.
Alle der er interesserede, skal blot møde op.

Har I spørgsmål er I velkomne til at kontakte
Kristian Jensen som træffes på:
kristianjensen0@gmail.com eller mobil 2330 6394

BANKO

onsdag d. 29. april

kl. 13.00—15.00

1 plade incl. kaffe 40,-kr.
Efterfølgende plader pr stk. 10,-kr.

5	12		35			67	80
6		24	43			69	88
8		29			58	79	89

5	12		35			67	80
6		24	43			69	88
8		29			58	79	89

WORKSHOP

i Folkehuset Dalgas



29. APRIL KL. 16.30 - 19.30

CREPEPAPIRSBLOMSTER FOR BEGYNDERE

Denne blomsterworkshop er for dig, der gerne vil have en introduktion til at lave de flotte evighedsblomster på begynderniveau.

Til workshoppen vil du have mulighed for at skabe op til tre papirblomster som f.eks. valmuer, franske anemoner, tulipaner eller pæoner, som du får med dig hjem. Du får skabeloner, opskrifter og teknikker, som du kan arbejde videre med efter workshoppen. Materialer og redskaber er der sørget for, så du blot skal møde op til et kreativt pusterum.

PRIS fra 245 kr

Tilmeld dig via QR-koden eller på tlf. 87 46 45 00



 **FOLKEHUSENE** &



Noteringskalender

April 2026		
1	onsdag	
2	torsdag	Skærtorsdag
3	fredag	Langfredag Strik, snak og hygge i "Aktiviteten" kl. 10
4	lørdag	Påskelørdag
5	søndag	Påskedag
6	mandag	2. Påskedag
7	tirsdag	Gudstjeneste i "Udsigten" kl. 14.00 –16.00
8	onsdag	
9	torsdag	"Syng med" i "Aktiviteten" kl. 13.30 - 15.00
10	fredag	Strik, snak og hygge i "Aktiviteten" kl. 10
11	lørdag	
12	søndag	
13	mandag	Tilmeld Oddertur kl. 9.30—10.00 Petanque kl. 10.00—12.00 Læsegruppe i "Aktiviteten" kl. 15.00 –17.00 The Ringo's + spisning Tangkroen kl. 17.30
14	tirsdag	
15	onsdag	Bustur til Odder kl. 10.00—13.00

Noteringskalender

April 2026		
16	torsdag	"Syng med" i "Aktiviteten" kl. 13.30 - 15.00
17	fredag	Strik, snak og hygge i "Aktiviteten" kl. 10
18	lørdag	
19	søndag	Søndagsbio i "Aktiviteten" kl. 14.00—16.30
20	mandag	Petanque kl. 10.00—12.00 Læsegruppe i "Aktiviteten" kl. 15.00 –17.00
21	tirsdag	AI undervisning i "Aktiviteten" kl. 14.00-15.30
22	onsdag	
23	torsdag	"Syng med" i "Aktiviteten" kl. 13.30 - 15.00
24	fredag	Strik, snak og hygge i "Aktiviteten" kl. 10
25	lørdag	"Pos. tænkning" i "Aktiviteten" kl. 13.30 - 16.00
26	søndag	
27	mandag	Petanque kl. 10.00—12.00 Læsegruppe i "Aktiviteten" kl. 15.00 –17.00
28	tirsdag	
29	onsdag	Banko i "Udsigten" kl. 13.00 –15.00 Papirsblomster i "Aktiviteten" kl. 16.30 - 19.30
30	torsdag	"Syng med" i "Aktiviteten" kl. 13.30 - 15.00

HYGGELIG SAMVÆR PÅ "OLSEN'S PLADS"

I FOLKEHUSET DALGAS.

Når vejret er til det, så er vi en flok, der mødes på denne dejlige plads. Alle er VELKOMNE til snak og hygge, det gælder både beboere og folk fra området.

-SÅ KIG ENDELIG FORBI.



Fra Ledelsen....

KONTAKT TIL HJEMMEPLEJEN:

Har I brug for hjælp fra hjemmeplejen,
kan de kontaktes,
på alle hverdage fra kl. 8.00—12.00

på tlf. 4185 7423

Selvtræningstider på Folkehuset Dalgas

Mandag kl. 6.00 -14.00 og 15.00 -20.00

Tirsdag kl. 6.00 -20.00

Onsdag kl. 6.00 -20.00

Torsdag kl. 6.00 -13.00 og kl. 14.00 -20.00

Fredag, lørdag, søndag og

helligdage kl. 6.00 -20.00

Der kan være terapeuter i lokalet, sammen med selvtrænere, alle hverdage kl. 8.00 -16.00.

Beboerforeningen



Formand Knud Østergaard, Dalgas Avenue 146

knud.oest@gmail.com

Mobil: 2021 2550

Gertrud Jensen, Dalgas Avenue 160

Mobil: 2561 1435

Freddy Petersen, Dalgas Avenue 144

freddypetersenagf@gmail.com

Mobil: 4112 8539

Suppleant Birthe Sundtoft, Dalgas Avenue 124

sundtoft@youmail.dk

Mobil: 2899 0689

Beboerforeningen tager sig af ønsker og ideer til forbedringer, vedrørende bygninger, lejligheder og området.

Beboerforeningen....

Mødereferat fra Beboerforeningsmøde, d. 12.03.2026, kl. 10 i lokale 118

Deltagere: Freddy Petersen, Gertrud Jensen, Knud Østergaard
+ suppleant Birthe Sundtoft

Dagsorden:

1. Status på div. udestående opgaver:

Der er ingen udestående opgaver fra 2025. Alle er løst hen ad vejen!

2. Oplæg til forårets opgaver:

Potter med påskelinjer og tulipaner er stillet ud i gårdene af Gertrud. Gertrud, Leif og Freddy tog mandag den 16. marts ud og købte stedmoderblomster i Billig Blomst, til udplantning af potter og elevatortårne i de 3 gårde. Desuden blev der købt udplantningsjord. Når stedmoderblomsterne er afblomstret, skal der tilsvarende købes røde Flittig Hans blomster, til erstatning. Der skal holdes øje med hvornår der er Flittig Hans blomster hos Billig Blomst! (Alle)

3. Fælles opgaver i foråret:

Der blev afholdt en arbejdsdag, søndag den 22. marts, kl.10.00.

Mødested var Olsens Plads.

Der tages opgaver ud fra opgavelisten. Opgavelisten er udfærdiget på selvstændigt dokument, vedhæftet referatet. Kopi kan afh. hos Knud.

De ting der ikke nås af opgavelisten, på arbejdsdagen, udføres løbende af beboerne og bestyrelsesmedlemmerne.

Er der spørgsmål til ovenstående, rettes de til Freddy eller Knud!

4. Eventuelt:

Birthe meddelte at hun agter at holde i bestyrelsen ved næste Afdelingsmøde i september 2026. Der skal findes en afløser for hende. Evt. interesserede kan henvende sig til Freddy eller Knud!

5. Bilag:

- Opgavelisten medsendes og ekstra kopier kan udleveres af Knud!

Næste møde: 23. april 2026

Beboerforeningen....

Opgaveliste for Beboerforeningen på Dalgas!

Indkøb af ca. 40. stedmoderblomster og 5 sække planskolejord. Freddy, Gertrud og Leif tog den 16. marts, ud til Billig Blomst.

Opgaver udført d. 22. marts:

- Gertrud, med hjælpere, sørgede for at beplante de aktuelle potter
- Fejning/oprydning på Olsens Plads + rengøring af møbler samme sted.
- Sortering/flytning af parasolfødder
- Store affaldscontainer og døre ind til affaldsrummet vaskes af
- Glas til udestue i nr. 118 vaskes
- Afvaskning af de brune bænke ved byg. 1-3, hovedbygning, 2 bænke i mellemgangene, samt de 3 bænke ud mod Skovbrynet og en bänk i Sansehave 1
- Fjernelse af vissen vækst i Sansehave
- Reparation af havetraktor

Ikke fastlagte opgaver:

- Fejning af kældertrappe og de 3 gårde
- Fjernelse af blade i cykelstativer ved hovedbygning
- Klipping af bevoksning imod nabo (taget cykelskur)
- Fejning/rivning af græsarealer ved Skovbrynet
- Opsamling af blade på græsarealer mod Skovbrynet
- Rengøring/støvsugning af riller i elevatorer
- Klargøring af bede i gårdene og trappetårnet i hovedbygningen
- Beplantning af sommerblomster i bedene ved elevatorerne og trappetårnet ved hovedbygningen.
- Pentanque banen klargøres. Fjernelse af ukrudt og planteres
- Kantbånd i cortenstål bestilles og nedlægges i de store bede på græsplænen og de 2 bede ved Olsens Plads (vidaxl.dk/450x25cm)
- Lave udkast til urtehaveareal ud mod Marselisvej
- Skaffe materialer til urtehave
- Anlægge urtehave
- Andet?

Dalgas rådet



NÆSTFORMAND
Knud Østergaard



FORMAND
Kurt Neergaard



KASSERER & SEKRETÆR
Anders Andersen



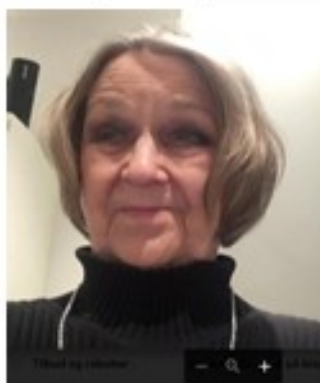
RÅDSMEDLEM
Freddy Petersen



RÅDSMEDLEM
Kristian Jensen



RÅDSMEDLEM
Hanne Østergaard



RÅDSMEDLEM
Harriet Andersen



RÅDSMEDLEM
Mariann Larsen

Dalgasrådet's opgaver er at afholde diverse arrangementer for beboerne.

Det er fester, busture, bankospil, foredrag og lignende.



Kære Beboere på Dalgas

Hvis nogle af jer, mangler en hjælpende hånd, til at lave nogle ting, som I ikke selv kan lave, eller som pedellen ikke kan/må lave!

Da vil jeg gerne, efter nærmere aftale, tilbyde min hjælp, til f.eks. at opsætte en hylde, reol, bore et par huller og hænge noget op, eller måske samle et møbel fra f.eks. Ikea.

Hvis I mangler nogle ting til det I gerne vil have lavet, sørger jeg gerne for at indkøbe det.

SÅ DERFOR, TØV IKKE MED AT RINGE TIL MIG:

Venlig hilsen

Knud Østergaard, Dalgas Avenue 146

Telefon: 20 21 25 50



VAREUDBRINGNING

PÅ HELE FREDERIKSBJERG OG LANGENÆS.

Ring og hør nærmere

Vi bager selv - derfor altid *frisk* brød

PÅ GENSYN HOS

Åbent alle dage

7.00 – 21.00


LET • KØB

SØNDERBORGGADE 9
- tæt på din hverdag

ved Torben Andersen
Sønderborggade 9
8000 Aarhus C
Tlf. 86 14 54 32

Telefonliste – Folkehuset Dalgas

Telefon: 87131600

(Én indgang via Sundhed- og Omsorgslinjen)

FUNKTION	NAVN	TRÆFFETID	TLF. NUMMER OG MAIL
Borger- konsulenter	Én indgang via Sundhed og Omsorgslinjen	Kl. 10.00 -15.00	8713 1600
Sundhedsklinik Dalgas	Én indgang via Sundhed og Omsorgslinjen	Åben efter aftale kl. 8.00 -15.00	8713 1600
Leder af folke- huset Dalgas	Jakob Vestergren Bavnshøj		javb @aarhus.dk
Leder af hjemme- plejen Dalgas	Patricia		pahea@aarhus.dk
Frivilligkonsulent	Helle Randlev		4185 8666 rahel@aarhus.dk
Forebyggelses- konsulent	Louise Lykke Storgaard		4185 5252 lls@aarhus.dk
Lokalebooking	Ane Dorte Wendelbo		2176 2408 adw@aarhus.dk
Pedel	Henrik Nielsen		2920 3974
Centerråds- formand	Kurt Neergaard		4051 4477 kurtneergaard @outlook.dk
Beboerforenings- formand	Knud Østergaard		2021 2550 knud.oest @gmail.com
Restaurant TANGKROEN	Hjemmeside: tangkroen.dk		2540 7300 kontakt@ tangkroen.dk

HVOR SKAL JEG HENVENDE MIG ?

Sundhed og Omsorgslinjen tlf. 87 13 16 00

Ring her hvis du har spørgsmål om for eksempel:

-Folkehusenes tilbud og aktiviteter

-Praktisk hjælp og pleje

-Sygepleje

-Personlige hjælpemidler

.Handicapbiler

-Kørsel til læge og speciallæge

-Omsorgs-tandpleje

Telefonen er bemandet hverdage mellem kl. 10.00 og 15.00. Efter kl. 15.00 samt i weekender og helligdage, kan du ringe til døgnplejen via brandstationen på **tlf. 86 12 10 21.**

Hvis du modtager hjemmepleje og har brug for at aflyse et besøg, høre hvorfor hjemmeplejen er forsinket, eller du har andre forespørgsler til hjemmeplejens opgaver, skal du kontakte hjemmeplejen i dit lokalområde—se hjemmeplejens telefonnumre på **aarhus.dk/msokontakt**

HVIS DU HAR LÅST DIG UDE.....

Hvis du kommer i den situation og **ikke** har en nøgleaftale med din nabo eller andre, så skal du ringe til de 2 ovennævnte numre i pågældende tidsrum. **Det er 2 vigtige numre**, som du skal gemme på telefonen, eller have dem på en seddel, som du altid har på dig! Hvis du ikke har din mobiltelefon med dig, så må du henvende dig til din nabo eller én af dine bekendte og låne en telefon. Du har lov at spørge en hjemmehjælper, hvis du er så heldig at møde en.

Alarmcentral.....	1 1 2
Politi.....	1 1 4
Skadestuen. <i>Ring først</i>	70 11 31 31
Sundhedsklinik Lokalcenter Marselis.....	87 13 48 75
Lægevagten.....	70 11 31 31
Tandlægevagten.....	40 51 51 62
Taxa.....	89 48 48 48
Midttrafik.....	89 40 10 10
DSB.....	70 13 14 15
Rutebilstationen.....	70 21 02 30
Sct. Pauls Kirkekontor.....	86 12 21 54
Skejby Sygehus.....	78 45 00 00
Marselisborg Centret Ørumsgade.....	78 41 44 00
Højbjerg Bibliotek.....	89 40 95 00
Borgerservice Århus Kommune.....	89 40 22 22
Århus Kommune.....	89 40 20 00
Handicapkørsel/telebus i Århus Kommune.....	87 40 83 00
Patientbefordring	70 23 62 48
Bolig-administrationen.....	89 40 66 44
Henrik Nielsen Teknisk service.....	29 20 39 74
Hjemmeplejen hverdage mellem 8 og 12	41 85 74 23

Oplever du som hørehæmmet problemer; så kontakt
Høreteam tlf. 78 76 79 61— kl. 8.00 - 16.00.

Bilag fra pensionister kan sendes til: Ydelsescenter Aarhus
Pensionsafdelingen, Værkmestergade 15B 8000 Aarhus C.

Læs mere her: <https://www.aarhus.dk/borger/borgerservice/okonomi-og-pension/folkepension/tillaeg-til-folkepension-og-foertidspension/#1>

Døgnplejen Brandstationen 86 12 10 21.

Hverdage kl. 15.00-8.00. Weekend og helligdage hele døgnet.

**Åbne arrangementer
i Folkehuset Dalgas
Dalgas Avenue 54**

April:

Tirsdag d. 7. april Gudstjeneste i "Udsigten" kl. 14.00 –16.00

Efter gudstjenesten er der gratis kirkekaffe

Mandag d. 13. april The Ringos + spisning kl. 17.30 - 21.00

**BEMÆRK...billetsalg fra Aktiviteten fredag d. 27. marts kl. 11-12
og der er kun 56 billetter til salg.**

Onsdag . 15. april Bustur til Odder kl. 10.00 - 13.00

Søndag d. 19. april Søndagsbio "Aktiviteten" kl. 14.00 -16.30

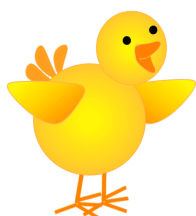
Tirsd. d.21. april **AI** undervisning"Aktiviteten" kl. 14.00 -15.30

Lørd. d. 25.april "Pos. tænkning" i Aktiviteten kl. 13.30 -16.00

Onsdag d. 29. april Banko i "Udsigten" kl. 13.00 - 15.00

Onsd. 29. april Papirsblomster i "Aktiviteten" kl. 16.30 - 19.30

**Husk....læsegruppe hver mandag.
"Kom og syng med" hver torsdag,
samt strik, snak og hygge hver fredag.**



Rigtig god påske til alle.

