

Abildposten

november 2026

Indhold:

'Det sker' i Folkehuset Abildgården	2
Spillekomsammen, Kvindegruppens arr.	3
Siden sidst: Oktoberfest og	4-5
Siden sidst: Aarhus Harmonikaklub	6
Selvtræning og Ud af Røret	7
Ny koordinator i besøgstjenesten & VIPPS	7
Jørna Bækmarks føljeton, kap. 37	8-9
Nyttige kontakter	10
Kontakter til Område Nord	11
Tovholdere og Centerrådet	12

Folkehuset Abildgården,
Abildgade 9, 8200 Aarhus N.

Månedsbladet Abildposten ligger på
Sundhed og Omsorgs hjemmeside:

www.folkehuset abildgården.dk
- aktiviteter og arrangementer

NOVEMBER 2026 i Folkehuset Abildgården

Ugedag og dato	klokkeslæt og sted	Aktivitet / arrangement
Lør 7/11	13-15 Lokale 1	Spille-komsammen - *se s. 3* v/Jane og Ursula
Man 9/11	18.30 salen	Banko v/Lavias støtteforening Dørene åbnes kl. 17.30
Ons 11/11	13.30 salen	Banko v/Abildgårdens venner Dørene åbnes kl. 12.30 med salg af kaffe/te og kage
Tor 12/11	10.30-12.30 Salen	Vi hygger v/Kvindegruppen
Ons 18/11	13.30-14.15 stuen	Gudstjeneste v/ Lasse Holmgaard Iversen
Tor 19/11	10-16	Kvindegruppen kører til Torrild julemarked og videre til frokost i Bondehuset på Saksild Strand. - *Se s. 3* v/Kvindegruppen
Man 23/11	18.30 salen	Banko v/Lavias støtteforening Dørene åbnes kl. 17.30
Tor 26/11	11.00-16 salen	Årsafslutning i Kvindegruppen med "Det tø'ne øl" - *Se s. 3* v/Kvindegruppen
Mandage kl. 15-17, lokale 1		Whist med esmakker v/Hans Jørgen Riis
Tirsdage 10-11.30 ulige uger, friv.lok.		Mandegruppen i frivilliglokalet v/Kurt Møller
Tirsdage kl. 15-16		Fællestræning i træningslokalet v/Hans Jørgen Riis Alle er velkomne!
Onsdage 9-11.30, lok. 1		Blomster - blomster - blomster v/Lona og Lillian
Fredage kl. 9-10.30, lok. 1		Fælles kaffe/te bord v/Hans Jørgen Riis - 25 kr. pr. næse
Christiansbjerg Lokalhistoriske Forening **Tirsdage kl. 15.30-17.30 på Bjerggården, kælderen** **- kontakt: Se bagsiden**		
Selvtræning og FO-Aarhus Ud af Røret - *se s. 7*		



Kom til Spille-komsammen
i Folkehuset Abildgården



Lørdag den 7. november kl. 13-15 i lokale 1

Den første lørdag i måneden året rundt!

Pris: 20 kr.



Jane og Ursula, Skovvangsvej 133



Kvindegruppen
Torsdag den 19/11 kl. 10-16:

Kl. ca. 11-12:
Julemarkedet i Torrild



Kl. 13.00:
Frokost i Bondehuset,
Saksild Strand



Kvindegruppen
Torsdag den 26. november kl. 12-16:



kl. 12-14: Kvindegruppen afslutter året med en gang smørrebrød
kl. 14-16: Det t'øn øl" underholder - med kaffebord undervejs.

Siden sidst



Abildgårdens oktoberfest den 9/10:

Underholdning ved

Jan Overgaard & Friends

Rådet var vært ved vores oktoberfest med en næsten fyldt sal - og man må virkelig sige, at vi fik noget for pengene denne eftermiddag.

Først fik vi dejligt smørrebrød og senere kaffe.

Så gav bandet 'John Overgaard & Friends' os en fortryllende underholdning med stærke bånd til vores ungdom: Vi hørte og dansede til musik af *Elvis Presley, Johnny Cash, The Beatles, The Shadows og mange flere*.

To fra bandet fremførte en meget smuk sang: *"Lyset kom"* - skrevet til fire hjerteløbere, som havde været med til at redde John Overgaards liv.



Bandet blev oprettet i 2021 af gamle venner og arbejdskammerater. Med et glimt af selvironi fortalte de om deres ambition om at optræde på Orange Scene ved Roskilde festivalen. Men da de bruger meget tid på at hygge sig, blev ønsket ændret til at optræde ved et sønderjysk kaffebord.

Alt i alt var det en skøn dag!

Tekst og billeder: Ketty

Øvrige billeder: Se næste side





Oktoberfesten i Folkehuset Abildgården 9/10 2026





Siden sidst

Aarhus Harmonikaklub 22/10

Aarhus Harmonikaklub, som har eksisteret i 85 år,
underholdt med dejlig musik. Orkestret bestod af syv musikere
på harmonika, og *de* siger:
'Tusind tak for en god eftermiddag
- I er et dejligt publikum, der gladeligt har sunget med'.
og vi *siger: 'Tak til jer for en rar eftermiddag'.*

Anni Linger





4. Jeg hviler mig i grøftens græs,
og kender ej til skam.
Når bonden kører med sit læs,
så vinker jeg til ham.
Falderi. . . .
så vinker jeg til ham.







Tekst og billeder:
Anni Linger



Selvtræning i Folkehuset Abildgården

Fysioterapeut og instruktør *Kasper Loft* instruerer og følger op på selvtræning:

Onsdagene kl. 14.40
Den 4/11 og 18/11 samt den 2/12

Træningslokalet er ledigt for selvtrænere:

Mandag: kl. 7-8 og 15-18
Tirsdag: kl. 7-8, 12-13 og 15-18
Onsdag: kl. 8-18
Torsdag: kl. 7-8, 12-13 og 15-18
Fredag: kl. 7-8 og 15-18 (rengøring 8-9)
Weekend: kl. 8-18

FO-Aarhus, 'Ud af Røret'

https://fo.dk/kurser-i-fo-aarhus/sund-og-staerk-hele-livet-folkehuset-abildgaarden

Der er tilmelding hele året til vores aktiviteter, som består af såvel motion som hold omkring mobiltelefoner, IPad og pc.

Kontakt: *Kasper Loft,*
tlf. 5041 3932 ♥ mail: udafrøret@gmail.com



Fra Christianskirken:

Ny i Christianskirkens besøgstjeneste:

koordinator Lissen Margård Bendix
Mail: Lissen@christianskirken.dk - Besøgsven, begge veje.

MobilePay bliver til VIPPS 12/1 2027

Den 6/10 gik Danmark, Grønland, Norge, Sverige og Finland sammen om et *nyt logo* på deres fælles betalingsapp, MobilePay, som fra den *12. januar 2027* ændrer *navn* til **VIPPS.**
Alle kontakter, betalingsaftaler, ønskelister og historik forbliver nøjagtigt, hvor de er nu. Det hele sker automatisk, og brugerne behøver ikke foretage sig noget.
I første omgang er kun *logoet* udskiftet. Den 12/1 2027 er den officielle ændringsdato af *navnet* fra MobilePay til VIPPS.

IH

Jørna Bækmarks føljeton:

Fortællinger fra vores generation - kap. 37

Nu gik jagten ind for at finde en passende bolig. Der var flere muligheder, men det bedste tilbud var en villa i Frejlev, cirka 10 km. syd for Aalborg. Villaen var nyopført i hvide kalksandsten, som var højeste bygge mode på daværende tidspunkt. Det var en vinkelvilla, som indeholdt en stor opholdsstue med udgang til en terrasse. Desuden en ret stor spisestue, et stort køkken og bryggers, et stort soveværelse samt to ekstra værelser - ét til Jeanette og ét, som blev indrettet til kombineret sy- og hobbyrum, samt gæsteværelse. Der var derudover en stor garage i en separat bygning.

Det, der engang skulle blive en have, var bare en stor pløjemark, så der forestod et kæmpe arbejde - hvad der hvilede på mig, eftersom det ikke havde Olavs interesse. Han skulle jo for øvrigt til søs for at tjene til føden og vores allesammens underhold.
Jeg tilbragte mange timer med hårdt, fysisk arbejde. Jorden var fuld af sten, som skulle fjernes, så der kunne komme en græsplæne ud af det uden sten til at ødelægge græsklipperen. - Der blev en ganske smuk have ud af alle mine anstrengelser.

Jeanette var blevet tilmeldt skolen i Frejlev. Det var slet ikke morsomt for hende at begynde i en dansk skole. Hun talte jo norsk og blev som følge deraf mobbet af sine nye klassekammerater. - Hvor kan børn dog være tankeløse og ubarmhjertige over for hinanden! Jeanette lod dog ikke det sidde på sig, så hun lærte sig dansk på rekordtid. Jeg var virkelig imponeret over, hvor hurtigt hun kom efter at lære sig det nye sprog - dansk skal efter sigende, være særdeles vanskeligt at tilegne sig, pga. sprogets bløde lyde - i modsætning til de andre nordiske sprog, som 'klinger' mere.



Hun fik også et par små veninder. Én af dem boede i en lille landsby i nærheden. Veninden mor var gift for anden gang. Den lille pige var ikke helt tilfreds med sin stedfar - hun kaldte ham for “Grauballemanden”. Han havde tilsyneladende ikke noget særlig muntert sindelag.



(fortsættes næste side)

Jeg deltog så vidt muligt i diverse forældremøder.
Jeanette var ganske dygtig til at spille klaver, så der blev besluttet, at hun skulle spille et lille stykke musik før et af forældremøderne.

Jeg husker specielt et møde fra en vinteraften. Det var mørkt, da vi skulle hjem. Skolen lå heldigvis ikke langt fra, hvor vi boede, så vi benyttede 'apostlenes heste'.
Pludselig dukkede en kæmpestor Sct. Bernhards hund ud af mørket. Den bed sig fast i ærmet på min frakke og halede afsted med mig - der var ikke andet at gøre end at følge med, hunden var bomstærk. Problemet var bare, at den trak mig i modsat retning af, hvad vi skulle. Jeg talte venligt til kræet og forsøgte at trække imod vores hus.
På en eller anden måde måtte jeg have fået gjort kæmpen mine hensigter begribeligt, for pludselig slap den taget i mit ærme og lod mig gå. Ikke desto mindre fulgte den med hele vejen hjem.
Når jeg senere tilfældigt mødte den på vejen, havde vi nogle ganske hyggelige møder.

Min kære mand var temmelig ihærdig med at fortælle mig, at jeg måtte finde et job, hvilket jo ikke var så helt enkelt med den baggrund, jeg havde. Radiotelegrafister var ikke akkurat hvad der var størst efterspørgsel efter.



Føljetonen fortsættes i næste nummer
Jørna Bækmark

NYTTIGE KONTAKTER

Alarmcentralen - akut: Politi, ambulance, brandvæsen	kun 'ved *livstruende* situationer'	112
Politi, *ikke* akut	politi i hele landet: spørgsmål/ anmeldelser/tips	114
V. akut sygdom, kontakt: Egen læge ..... Lægevagten	 kl. 08 - 16 ..... kl. 16 - 08	 - 7011 3131
Skadestuen: Ring først læge/vagtlæge. *Adresse: Palle Juul-Jensens Boulevard 161, indgang j3*		
Sundhedsklinikken ”Kernehuset”	Bestil tid først på tlf: man. ons. fre. kl. 9-12	5157 6850 Skovvangsvej 159
Demenslinjen v/ Alzheimerforeningen	Hverdage kl. 9-15	5850 5850
Flextrafik	Handicapkørsel	8740 8300
Christianskirkens besøgs-tjeneste v/koordinator Lissen Margård Bendix	Mail: Lissen@ christianskirken.dk Besøgsven - begge veje	4172 7102
Smartphones, Ipads hjælp i DOKK1:	**DOKKX** Apps-caféen niv. 2.2	Ons. 10-12 & tor. 13.15
Ældresagens ”En hjælpende hånd”	*kun for medlemmer* - Ikke gratis - Hverdage kl. 9-15	 8613 0926
Udbetaling Danmark *Postadresse:* Kongens Vænge 8, 3400 Hillerød	*Hjælp til digital betjening:* www.borger.dk Hverdage kl. 8-17	*Hjælp via telefon betjening:* 7012 8061 Hverdage 8-17
Boligstøtte	Samme tider som Udbetaling Danmark	7012 8063
Borgerservice	man - ons. og fre. 9-16 torsdag kl. 9-18	8940 2222

KONTAKTER TIL OMRÅDE NORD

Pleje og rehabilitering

(Tidligere: Hjemmeplejen)

Hverdage kl. 8-12

Tlf. 4185 7738

Efter kl. 12 - se næste spalte.

- Hvis du som borger skal aflyse eller ændre et besøg af pleje og rehabilitering, høre, hvor plejen bliver af - eller du har andre fore-spørgsler vedrørende opgaver, som Pleje og rehabilitering varetager.

Akut behov for hjælp efter kl. 15: Døgnplejen

Hverdage, weekends & helligdage:

kl. 15.00 - 08.00 T. 8612 1021

- Det sker via brandstationen.

Sundhed og Omsorgslinjen

Hverdage kl. 10-15.

Tlf. 8713 1600

- Ved akut uopsættelig henvendelse kan du ringe alle hverdage kl. 08 - 15

- Hvis du har brug for hjælp eller har spørgsmål vedrørende:

- Borgerkonsulent
- Handicapkørsel
- Kørsel til læge og speciallæge
- Folkehusets tilbud og aktiviteter
- Omsorgstandpleje
- Personlige hjælpemidler
- Praktisk hjælp og pleje
- Sygepleje (inkl. aflysning
- Træning (inkl. aflysning)

Skriv til os på sikker e-mail: www.sundhedogomsorgslinjen *via MitID. Find, hvad det drejer sig om, og udfyld det pågældende skema.*

Bus - og lokalereservering:
Birgitte Jørgensen.....tlf. 2078 1917
Kontakt: kl. 9 - 15 og *helst pr. mail:*
joebir@aarhus.dk

Frivilligkonsulent: *Anne Skyum*.....tlf. 4185 4205+*tlf.svarer*
Mail: ans@aarhus.dk

Forebyggelseskonsulent: *Lina Engen*..... tlf. 8713 3163 +*tlf.svarer*
Mail: lin@aarhus.dk

Demensnøgleperson:
Susanne Stampe Rasmussen..... tlf. 5157 6820 +*tlf.svarer*

Pedel/plejehjem og folkehus:
Peter Hammelsvang.....tlf 2913 2399+*tlf.svarer*
Mail: peha@aarhus.dk

FOLKEHUSET ABILDGÅRDEN
Abildgade 9, 8200 Aarhus N

Gruppernes frivillig-tovholdere:

Kvindegruppen: Inger Søbirk
tlf. 4026 6419

Lavia Banko: Egon Gaarmann
tlf. 2064 1971

Mandegruppen: Kurt Møller
tlf. 6172 1655

Spille-komsammen: Ursula Kasler
tlf. 2849 4777

Blomster: Lona Nielsen
tlf. 2648 4807

FO Ud af Røret og selvtræning:
Kasper Loft
tlf. 5041 3932

Aktiviteter fra Bjerggården:
Hans Jørgen Riis
Formand for aktiviteterne, lok. 1
tlf. 2896 4781
mail: hjhriis@gmail.com

Christiansbjerg Lokalhistorie
Leif Jensen
tlf. 2910 3869
mail: leif-henny@youmail.dk

Folkehuset Abildgårdens Råd

♥ Inger Søbirk:
tlf. 4026 6419
mail: soebirkpedersen@gmail.com

♥ Kirsten F. Jensen:
tlf. 2924 2289
ingen mail

♥ Anni Linger
tlf. 5122 8361
mail: anni_linger@hotmail.com

♥ Lilly Holm Bach:
tlf. 5045 8550
mail: lihabach@gmail.com

Abildposten

MÅNEDSBLADET ABILDPOSTEN

er gratis og udkommer omkring månedsskiftet.
Indlæg modtages hjertens gerne:
Kontakt frivillig redaktør

Inga Hansen
Tlf: 2442 1902 - Mail: ingafindal@gmail.com

