



# Abildposten januar

Nytår 2025

## Indholdsfortegnelse:

Det sker i Folkehuset Abildgården	2
Nytårskoncert, FO Ud af Røret og selvtræning	3
Siden sidst	4-5
Nytår ved Madam Sif	6-7
Jørna Bækmarks føljeton, kap. 18	8-9
Nyttige kontakter	10
Kontakter til Distrikt Nord	11
Tovholdere og Centerråd	12

Folkehuset Abildgården,  
Abildgade 9, 8200 Aarhus N

*Månedssbladet Abildposten ligger på  
Sundhed og Omsorgs hjemmeside:*

[www.folkehuset-abildgaerden.dk](http://www.folkehuset-abildgaerden.dk)  
aktiviteter og arrangementer

# DET SKER i Folkehuset Abildgården

## JANUAR 2025

Ugedag og dato	klokkeslæt og sted	Aktivitet / arrangement
Tirsdag i ulige uger	10 - 11.30 frivilliglokalet	<b>Mandegruppen</b> <i>v/Kurt Møller</i>
Man 6/1	18.30 salen	<b>Banko</b> <i>v/Lavias støtteforening</i> Dørene åbnes kl. 17.30
Tir 8/1	13.30 stuen	<b>Plejhjemmets gudstjeneste</b> <i>v/Naser Rezaeih</i>
8/1	13.30 salen	<b>Banko</b> <i>v/Abildgårdens venner</i> Dørene åbnes kl. 12.30 med salg af kaffe/te og franskbrød
Ons 10/1	14-16	<b>NYTÅRSKONCERT</b> på Abildgården, se s. 3
Man 20/1	18.30 salen	<b>Banko</b> <i>v/Lavias støtteforening</i> Dørene åbnes kl. 17.30
Man 22/1	13.30 stuen	<b>Plejhjemsgudstjeneste</b> <i>v/Naser Rezaeih</i>
Fredage	10-12 hhv. på plænen og i salen	<b>Kroff eller Gulvkurling</b> <i>v/Lis Stenfeldt</i> Bare mød op - det er sjovt og go' motion! Hvor vi spiller, afhænger af vejret.

### MÅNEDSBLADET ABILDPOSTEN

er gratis og udkommer i starten af måneden.

Indlæg modtages hjertens gerne:

Kontakt frivillig redaktør

*Inga Hansen*

Tlf: 2442 1902 - Mail: [ingafindal@gmail.com](mailto:ingafindal@gmail.com)



# Nytårskoncert

i Folkehuset Abildgården

**fredag den 10. januar 2025 kl. 14.00 -**



**Salonorkestret**  
underholder.



Centerrådet byder på champagne og kransekage.



## Selvtræning i Folkehuset Abildgården 2025



Der er kommet julegaver til os i form af et løbebånd, en crosstrainer og en ny nedtræk-/armstræk maskine.

*Tusind tak, Aarhus Kommune, for det nye udstyr!*

Kig ind forbi, når fysioterapeut og instruktør *Kasper Loft* giver instruktion og opfølgning på nedenstående **onsdage kl. 14.40:**

**Januar:** Den 15. og 29.

**Februar:** Den 19.

**Marts:** Den 5. og 19.

**April:** Den 2. og 16. og 30.

**Maj:** Den 14. og 28.

**Juni:** Den 11. og 25.

## FOs 'Ud af Røret' 2025:

Der er tilmelding hele året til vores aktiviteter:  
*Træningshold og IT-undervisning (smartphone, iPad og PC)*  
i 'Ud af Røret' på Abildgården.

Kontakt *Kasper Loft*  
tlf. 5041 3932 eller mail: [udafrøret@gmail.com](mailto:udafrøret@gmail.com).

*Godt nytår til alle!*

Bedste hilsner fra Kasper Loft  
Fysioterapeut og instruktør i selvtræning, FO Aarhus





Kvindegruppen sagde tak for i år den 28/11 med en lille fest. Det tømte og underholdt, og vi fik rørt sangmusklerne. Samtidig fik vi sagt tak til næsten alle de dejlige hjælpere, vi har:

*Anne og Lina*, som altid er søde og hjælpsomme, hvis vi har vanskelige spørgsmål.

*Chaufførerne*, som på vores ture må lægge øren til alverdens mulige kvindesnak. De er uvurderlige og udstråler alle venlighed og hjælpsomhed.

**Tak for jer.**

Og stor **tak** til *alle jer, der hjælper til med at dække bord og rydde op og er der, når vi har brug for hjælp.*



*Rigtig godt nytår til alle!*





## Juletræsfesten den 18. december 2024

To lystige mennesker fra 'Basseralle', Lene Riis & Ole Spillemand, leverede festlig musik og dejlige gård sange, som mange af os mindes eller har et forhold til.

Alice gav en hånd med på gulv-rumlepotten. Der var kaffe/te, kage og slik, og det var en dejlig eftermiddag.

Her på falderebet til det nye år vil vi gerne takke jer alle for jeres store opbakning til vores arrangementer - og det er *alle* - både centerrådet, mandeklubben, kvindegruppen og beboerne på plejehjemmet. Uden jer kunne det ikke lade sig gøre.



*Et rigtig godt og spændende nytår til alle!*



*Tekst og billeder: Ketty*

# Nytår

Nytåret er en lidt atypisk helligdag. Den er ikke kristen, og den er ikke bestemt af vigtige begivenheder, såsom grundlovsdag. Nytåret er en romersk opfindelse, der stammer fra år 46 f. Kr., da man indførte den julianske kalender i det gamle Rom, og dermed flyttede romernes nytår fra forårsjævndøgn til 1. januar. Nogle kilder antyder, at dette blev gjort, fordi vintersolhverv var en mere naturlig overgang til det nye år. Forårsjævndøgn har ellers været en yndet nytårsdato både før og efter i forskellige kulturer verden over.

I og med at romerne yndede at sprede deres rige ud over store dele af Europa, var det kun naturligt, at kalenderen vandrede med. Kalender er endda et romersk ord, navnet på den første dag i hver måned. Her fik man løn, betalte gæld og det endda helt uden at stå i kø på posthuset for at betale girokort.

Nå, men 1. januar som nytårsdag er altså en romersk opfindelse. Derfor var det kun naturligt, at den katolske kirke i kristendommens spæde dage forsøgte at lægge nytåret på alle mulige andre datoer.

Det romerske nytår var noget hedensk pjank, som gode kristne ikke burde fejre. Derfor har nytåret cyklet lidt rundt op gennem middelalderens Europa og har ligget både i marts, september, til påske og jul.

Den dag i dag er der stadig kristne grupperinger, der mener, at nytårsaften grundet denne tilknytning til det romerske nytår er noget forfærdeligt syndigt pjank.

Man havde selvfølgelig fejret nytår før dette tidspunkt, men det var mere som en del af de 12 juledage fra 25. december til 6. januar.

I Danmark har vi haft den julianske kalender siden det første årtusindeskifte, og i 1600-tallet var den nået ud i alle afkroge af Danmark.

I 1800-tallet har vi rigelige fortællinger om veletablerede nytårstraditioner, og eftersom nytåret ligger på den 8. af de 12 juledage, er der en del sammenfald i skikke og overtro. Vi ved, at man i 1500-tallet brugte at gøre larm og støj i juledagene for at skræmme det onde bort. Man smed potteskår på dørene og larmede flittigt med rumlepotten.

Disse skikke gik naturligt hen og blev til nytårsløjer, for det kunne jo ikke være jul det hele.

*(fortsættes næste side)*



Der blev også skudt nytår ind med geværer og som regel også løst krudt. Den skik stammer fra 1600-tallet, og det hændte, at der røg en finger eller en tot hår med i spillet. Fyrværkeri havde man også tilbage i 1700-tallet, men det var kun for de kongelige og adelige. Pøblen måtte vente til sidst i 1800-tallet med at kunne købe slige sager hos købmanden. Så man brugte geværer - og andre stride løjer: Møddingen kunne man finde på at flytte hen foran hoveddør eller stalddør, og særligt spas var det at skille vognen ad for dernæst at samle den igen - oppe på taget - åh, så morsomt! Karle og piger kunne også finde på at klæde sig ud som tiggere eller gamle koner og gå rundt og kræve godbidder. Så skulle man forsøge at gætte, hvem de var og bagefter stikke dem en æbleskive eller pebernødder og en snaps.

Man skulle også holde sig fra at gå ud til dyrene nytårsnat. Årsagerne varierer fra egn til egn, men det var som regel noget med, at de kunne tale, eller at der var onde ånder i stalden.

Nytårsdag måtte man tidlig op og vande sine heste, for så skulle de blive sunde og raske hele året. Anden overtro gik ud på, at man ikke måtte gå ind i det nye år med gæld - man skulle have penge på lommen, for så ville man have lykke det nye år. Man tog varsler af kornhøsten ved at stikke knive i brød, bagt af forskellige slags korn, og man slog æg ud i vand og forsøgte at aflæse figureerne. Nogle steder måtte frugtræerne ikke stå med visne blade, for så ville høsten blive dårlig. Så var det om at plukke blade, hvis det ikke havde blæst nok.



Link:

<https://madamsif.dk/2015/12/31/nytaarsaften/>

Madam Sif skriver om sig selv: "Jeg er en amatørnisse, der skriver en seriøs blog om mad, historie og madhistorie."



Rumlepotte

## **Jørna Bækmarks føljeton:** *”Fortællinger fra vores generation”*

- kapitel 18

Når Cajus kom på besøg, havde han grammofonplader med, som han havde købt i de forskellige havne, han havde anløbet. Så spillede vi f... et øre af og dansede “Jive”. Dengang hed det jitterbug. Vi var ganske gode til det.

Det var et stort lyspunkt i min lidt begivenhedsløse tilværelse.

Da min mor mønstrede ud som stewardesse, mistede Cajus samtidig sit barndomshjem. Lejligheden på Vesterbro var udlejet til mine bedsteforældre. De havde købt en ejendom med forretningslokale på Østerbro, men den var under renovering. Min mor havde beholdt et værelse i lejligheden.

Min mormor havde tydeligt ladet min bror forstå, at han ikke var velkommen, og havde kaldt ham en sø bisse. Det tog han sig meget nær og kom derfor ikke på adressen. Det var ved den lejlighed, at han 'mistede sit barndomshjem' - som han udtrykte det - han var kun 16 år gammel.

Min mormor var mildt sagt temmelig bramfri. Jeg korresponderede med min mor, som - naturligt nok - var bekymret på mine vegne - og ikke uden grund.

Ved rederiet undersøgte hun, om jeg kunne mønstre på samme skib som hende - og det kunne godt lade sig gøre. Jeg var i mellemtiden blevet 20 år.

Penge til togbilletten til Genova havde hun sendt, så nu var det op til mig at tage springet, og det gjorde jeg. Jeg valgte den aften, hvor Finn var på aftenskole, og Mariann var lagt i seng. Jeg havde konspireret med mine bedsteforældre, som gerne ville hjælpe mig ud af mit mareridt. De havde solgt deres villa i Hasseris og boede nu, som tidligere nævnt, i vores tidligere lejlighed på Vesterbro. Efter en urolig nattesøvn tog jeg den følgende morgen toget til Genova.

Det var dog lige ved at gå galt. Ud på aftenen dundrede det på døren.

- Det var Finn - på jagt efter mig. Jeg gemte mig bag et gardin ved altandøren, hvor der lige præcis var plads til mig, mens Finn som en torden-sky ransagede lejligheden, og mine skræmte bedsteforældre så til.

*(fortsættes næste side)*



Der var nok en gang en ulideligt lang togrejse foran mig. Da den omsider var tilendebragt, stod jeg igen på perronen i Genova uden rigtig at vide, hvad jeg skulle stille op med mig selv. Denne gang var der ingen til at møde mig på stationen, og jeg vidste, at 'Concordia Sun' endnu ikke var kommet i havn. Jeg var kommet ud på gaden og må have set lidt fortabt ud, dér jeg stod med min kuffert. Hvorom alting var, blev jeg tiltalt af et par unge "carabinieri": Politibetjente, som venligt spurgte, om de kunne hjælpe mig. Politibetjentene dér til lands bar en spøjs hovedbeklædning - en slags lakhat, som var et levn helt fra Garibaldi's tid. Uden at tænke nærmere over det udslyngede jeg navnet på en af de få adresser, jeg kendte i byen. Det var "Chiesa Norvegese per Maritimi": Den norske sømandskirke. De to unge betjente kørte mig til den opgivne adresse. Det var ret sent, så kirken var lukket, og vi ringede på en dør, der bare var et hul i en lang, høj mur omkring kirkens område. De så noget tvivlende ud, da vi stod og ventede på, at nogen skulle lukke op og spurgte mig, om jeg nu også var helt sikker på det her? Endelig blev døren åbnet - det var sømandspræsten selv, der på klingende norsk spurgte til mit ærinde. Jeg forklarede min situation, og at jeg ikke havde noget sted at tage hen. De tog venligt imod mig, gav mig mad og en seng at sove i. Jeg var dem inderligt taknemlig.

Næste morgen var en ny dag med nye opgaver. Jeg fandt ned til Boccadasse, hvor enken tog venligt imod mig og installerede mig i et værelse i huset. Så langt så godt, nu var det bare at vente. Jeg var fortrolig med at bruge byens sporvognsnet og kunne således på rederikontoret holde mig orienteret om 'Concordia Sun's' ankomst.

Der skulle kun gå nogle dage, før skibet ankom. Endelig oprandt dagen hvor Concordia Sun kom i havn. Jeg fik adressen på pieren, hvor hun lå.

Jeg måtte ud til Boccadasse for at hente min bagage. Derfra med spurvognen ind til byen, her prajede jeg en taxa, som kørte mig ned til skibet. Det var med stor gensynsglæde, jeg genså min mor, som jo allerede havde været ombord i adskillige måneder. Hun viste mig hen til det lukaf, som vi fra nu af skulle dele.

*Fortsættes i næste nummer.*

*Jørna Bækmark*





## NYTTIGE KONTAKTER



Alarmcentralen		112
Politi, ikke akut	politi i hele landet: spørgsmål/ anmeldelser/tips	114
<i>V. akut sygdom, kontakt:</i>		
Egen læge .....	kl. 08 - 16 .....	-
Lægevagten .....	kl. 16 - 08 .....	
<i>Skadestuen: Ring først læge/vagtlæge. Adresse: Palle Juul-Jensens Boulevard 161, indgang j3</i>		
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 Janni Frøkjær-Jensen	Mail: <a href="mailto:janifj@christianskirken.dk">janifj@christianskirken.dk</a> Besøgsven - begge veje	4172 7102
Smartphones, Ipads hjælp i DOKK1:	<b>DOKKX</b> Apps-caféen niv. 2.2	Ons. 10-12 & tor. 13.15
<b>Ældresagens</b> ”En hjælpende hånd”	<i>kun for medlemmer</i> - Ikke gratis - Hverdage kl. 9-15	8613 0926
<i>En til hjælpende hånd: 'Byg og Fix', Thomas Witzel</i>	- Ikke gratis - Ring og aftal tid	3192 0223 <a href="http://www.bygogfix.dk">www.bygogfix.dk</a>
Udbetaling Danmark <i>Postadresse:</i> Kongens Vænge 8, 3400 Hillerød	<i>Hjælp til digital betjening:</i> <a href="http://www.borger.dk">www.borger.dk</a> Hverdage kl. 8-17	<i>Hjælp via telefon betjening:</i> 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 DISTRIKT NORD



### HJEMMEPLEJEN *hverdage*

*kl. 8 - 12: 87 13 13 13*

hvis du som borger skal aflyse eller ændre et besøg af hjemmeplejen, høre, hvor hjemmeplejen bliver af - eller du har andre forespørgsler vedrørende opgaver, som *hjemmeplejen* varetager.

### Sundhed og Omsorgslinjen *hverdage:*

*kl. 12 - 15: 87 13 16 00*

### AKUT BEHOV FOR HJÆLP: DØGNPLEJEN: 86 12 10 21

Kontaktes *kl. 15.00 - 08.00* på *hverdage, weekender og helligdage*.

Det sker via brandstationen.

### SUNDHED OG OMSORG: 87 13 16 00 "Sundhed og Omsorgslinjen"

Kontaktes alle *hverdage kl. 10 - 15*. *Kun akut: kl. 08 - 15*, hvis du har brug for hjælp eller har spørgsmål vedrørende:

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

- *Kontakt pr. e-mail:*

*Skriv sikkert til os via MitID*

- *og udfyld skemaet på:*

[www.sundhed og omsorgslinjen](http://www.sundhed og omsorgslinjen)

### Bus - og lokalereservering

Birgitte Jørgensen.....

tlf. 2078 1917

Kontaktes *kl. 9 - 15* og helst pr. mail:

[joebir@aarhus.dk](mailto:joebir@aarhus.dk)

Frivilligkonsulent Anne Skyum.....

tlf. 4185 4205 +tlf.svarer

Mail: [ans@aarhus.dk](mailto:ans@aarhus.dk)

Forebyggelseskonsulent Lina Engen.....

tlf. 8713 3163 +tlf.svarer

Mail: [lin@aarhus.dk](mailto:lin@aarhus.dk)

### Demensnøgleperson

Susanne Stampe Rasmussen.....

tlf. 5157 6820 +tlf.svarer

Pedel: Morten Nielsen.....

tlf. 5157 5858 +tlf.svarer





## Kontakt til tovholderne Folkehuset Abildgården



Kvindegruppen.....	Inger Søbirk.....	tlf. 4026 6419
Lavia Banko.....	Egon Gaarmann.....	tlf. 2064 1971
Mandegruppen.....	Kurt Møller.....	tlf. 6172 1655
Krolf/Kurling.....	Lis Stenfeldt.....	tlf. 5153 1765
FO Ud af Røret.....	Kasper Loft.....	tlf. 5041 3932



### Abildgårdens Centerråd:

♥ Inger Søbirk:

tlf. 4026 6419

mail: [soebirkpedersen@gmail.com](mailto:soebirkpedersen@gmail.com)

♥ Kirsten F. Jensen:

tlf. 2924 2289

[ingen mail](#)

♥ Anni Linger

tlf. 5122 8361

mail: [anni\\_linger@hotmail.com](mailto:anni_linger@hotmail.com)

♥ Lilly Holm Bach:

tlf. 5045 8550

mail: [lihabach@gmail.com](mailto:lihabach@gmail.com)

