



# Abildposten

## oktober 2024

### Indholdsfortegnelse:

Det sker i Folkehuset Abildgården	2
Det tøn Øl og Tøj bilen	3
Siden sidst	4-6
FO Ud af Røret og selvtræning	6
En kold tyrker	7
Jørna Bækmarks føljeton, kap. 15	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-abildgarden.dk](http://www.folkehuset-abildgarden.dk)  
aktiviteter og arrangementer

# DET SKER i Folkehuset Abildgården

## OKTOBER 2024

Ugedag og dato	klokkeslæt og sted	Aktivitet / arrangement
Tirsdag i ulige uger	10 - 11.30 frivilliglokalet	<b>Mandegruppen</b> <span style="float: right;"><i>v/Kurt Møller</i></span>
Ons 2/10	13.30 Plejhjemmet, st.	<b>Gudstjeneste</b> <span style="float: right;"><i>v/Carsten Haugaard Nielsen</i></span>
Tor 3/10	10.30-13 salen	<b>Vi hygger i salen</b> <span style="float: right;"><i>v/Kvindegruppen</i></span>
Ons 9/10	13.30 salen	<b>Banko</b> Dørene åbnes kl. 12.30 med salg af kaffe/te og franskbrød <span style="float: right;"><i>v/Abildgårdens venner</i></span>
Tor 10/10	12-16 salen	<b>'Det tøn øl' underholder</b> <span style="float: right;"><i>v/Centerrådet</i></span>
Man 14/10	18.30 salen	<b>Banko</b> <span style="float: right;"><i>v/Lavias støtteforening</i></span> Dørene åbnes kl. 17.30
Ons 16/10	13.30 Plejhjemmet, st.	<b>Gudstjeneste</b> <span style="float: right;"><i>ved ? - ukendt i skrivende stund</i></span>
Tor 17/10	9.30-16 salen	<b>Køretur ud i det blå med frokost på caféen i Stavtrup</b> <span style="float: right;"><i>v/Kvindegruppen</i></span>
Man 28/10	18.30 salen	<b>Banko</b> <span style="float: right;"><i>v/Lavias støtteforening</i></span> Dørene åbnes kl. 17.30
Tor 31/10	10.30-13	<b>Tøjsalg v/Tøjbilen</b> <span style="float: right;"><i>v/Kvindegruppen</i></span>
Fredage	10-12 hhv. på plænen og i salen	<b>Kroff eller Gulvkurling</b> <span style="float: right;"><i>v/Lis Stenfeldt</i></span> 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)





**"Det tøn Øl"**  
**torsdag den 10. oktober**  
**kl. 12-16**

- ♥ **Smørrebrød kl. 12**
- ♥ **Musik kl. 14-16**
- ♥ **Kaffe/te og småkager i pausen**

*Arrangør: Centerrådet*

**TØJBILEN V/ JYTTE NYGAARD**



Vi mødes i salen

**Torsdag den 31. oktober**  
**kl. 10.30- 13**

[Jyttenygaard@tøj bilen.dk](mailto:Jyttenygaard@tøj bilen.dk)  
Tlf: 6168 9781

NØJE UDVALGT TØJ MED FOKUS PÅ KVALITET OG PASFORM

**SE DE NYE  
VARER!**

**CISO  
M I C H A  
SIGNATURE  
BRANDEX  
SUNDAY**

BLUSER  
STRIK  
T-SHIRTS  
CARDIGANS  
TUNIKAER

**PERSONLIG  
BETJENING**  
Få råd og  
vejledning

LILLE UDVALG AF  
HERRETØJ

BUKSER  
NEDERDELE  
KJOLER  
OVERTØJ

**STR. S-4XL**

**ALTID STORT  
UDSALGSSTATIV**

**BETALING:**  
KONTANT  
MOBILEPAY  
DANKORT  
OVERFØRSEL (EFTER  
AFTALE)



## Spillemandstruppen

gav os den 5. september endnu engang en dejlig og underholdende eftermiddag. Dirigenten sagde med et glimt i øjet, at man havde besluttet kun at ville spille *god* musik. Det var det i allerhøjeste grad også. Derudover fik vi en masse gode og sjove anekdoter omkring musikken.



*Tekst & fotos: Ketty*



## Grønhøj Kro og Morten Korch museet den 19/9.

Kvindegruppen tog på noget nær den bedste udflugt vi har haft. Vejret var med os hele dagen. Turen gik til Grønhøj kro, som også har et museum for Morten Korch.



På Grønhøj Kro stod man klar med dejlig og særdeles velsmagende flæskesteg. Værten, Gregers Laigaard, fortalte, at kroen havde været i familiens eje siden 1864, og at han og hans kone var femte generation. Derefter fik vi et par folkelige sange.



Undervejs gjorde vi holdt ved Tange sø, hvor vi nød udsigten og en kop kaffe.



Staldbygninger var lavet til Morten Korch museum. Der var rigtig meget at se på. Effekterne var skænket af Morten Korchs familie. Det var en fin udstilling, og vi fik vist alle et tilbageblik til barndommen, hvor vi sad i biografen og så Morten Korch film.



Hjemturen gik over Dollerup bakker. Det var så smuk en tur, hvor farverne var lige ved at gå over i efterår.

*Tekst og fotos: Ketty*

## Symfoniorkesteret på Abildgården den 25. september



Repertoiret var fransk og argentinsk, og musikerne kom fra tre lande: To fra Norge, en fra Schweiz og en fra Spanien.

Og der var dejlig kringle til kaffen.

- En smuk oplevelse!



### AKTIVITETER PÅ ABILDGÅRDEN

#### FOs 'Ud af Røret'



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: [udafroret@gmail.com](mailto:udafroret@gmail.com).

#### Selvtræning:

Er du ny, skal du have instruktion, kontakt

*Kasper Loft* tlf. 5041 3032

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



Kasper er til stede i træningslokalet onsdage fra kl. 15.45 i lige uger

## At tage en kold tyrker

Hvis narkomaner ikke får de stoffer, de er afhængige af, kommer de til at fryse og ryste, og musklerne ved de små hårsække på kroppen trækker sig sammen, til det, der kaldes gåsehud. Lægerne kalder det abstinenser, narkomanerne taler om en kold tyrker.

Man kan så undre sig over, hvad denne tilstand har med mennesker fra Tyrkiet at gøre.

Svaret er, at det ikke har noget som helst at gøre med tyrkere. Det er en fejloversættelse fra engelsk, hvor *a cold turkey* betyder en kold kalkun.

Kalkunens lange, røde hals med masser af overskudshud blævrer og ryster, når den bevæger hovedet, så på engelsk er sammenligningen af abstinenser med kalkuner både slående og sjov.

Men hvorfor hedder det en kalkun på dansk og en tyrker på engelsk?

Det danske ord kalkun er knyttet til den indiske by Kolkata - tidligere Calcutta, og endnu før Calicut.



I det Osmanniske Riges storhedstid hentede tyrkiske købmænd varer i det nuværende Indien og solgte dem i Europa.

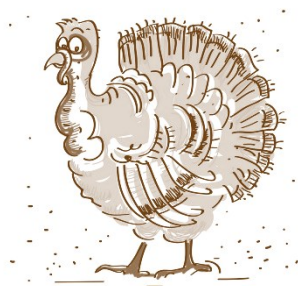
Den store, velsmagende fugl med den ujævne og rystende hals blev markedsført som en indisk fugl, og den fik navnet kalkoen på hollandsk og kalkun på dansk.

Englænderne opkaldte kalkunerne efter de tyrkiske handelsmænd og kaldte hunfuglen en *Turkey hen* og hanfuglen en *Turkey cock* - fordi de fejlagtigt troede, at fuglene kom fra Tyrkiet.

Tyskerne gik deres helt egne veje og kaldte den en Truthahn på grund af de særlige lyde, den udstøder.

Når narkomaner i dagens Danmark tager en kold tyrker, burde de i stedet tage en kold kalkun.

*fra "Med professorhatten på -  
idiomatiske vendinger  
med historie"  
ved Lise Bostrup  
- Den Danske Sprogkreds.*



**Jørna Bækmarks føljeton:**  
*"Fortællinger fra vores generation"*  
- kapitel 15

Den 19. oktober fødte jeg en lille pige. Jeg vil ikke påstå, at det var en let fødsel, hun var en stor pige, der vejede 4,5 kg, et helt kilo mere end normalt, men et dejligt barn, det var hun.

*Mariann* var kommet til verden. Mine trængsler var dog ikke overstået - det skulle ikke være for let. Jeg fik betændelse i brysterne, fordi min baby ikke drak brysterne tomme. Jeg skulle derfor 'malkes', dvs. mælken skulle med hånd og magt klemmes ud i en ble. Det var en ældre sygeplejerske, som fik det til opgave. Hun havde indtil nu været temmelig brysk over for mig, grænsende til det uvenlige. Det kunne måske skyldes, at jeg var så ung, kun 17 år, og allerede havde fået et barn. Hun havde sikkert gjort sig fordomsfulde tanker herom. Hvorom alting var, var det hendes opgave.

Hun forklarede mig, at det ville blive meget smertefuldt. Det blev det. Det gjorde forrygende ondt, det var faktisk værre end selve fødslen, og det siger jo ikke så lidt. Jeg havde bestemt mig for, at sygeplejersken ikke skulle have den trumf at høre mig jamre, så jeg sagde ikke en lyd. Da sessionen omsider var overstået efter en halv times pinsler, må jeg have aftunget hende nogen respekt, for herefter blev hun venligheden selv.

Dengang lå man væsentligt længere på hospitalet efter en fødsel. Da jeg omsider blev udskrevet, var vi blevet tildelt en lejlighed, en et værelses med køkken og bad, beliggende i Suensonsgade, nabogaden til hvor Finns forældre boede. Stort var det ikke, men himmerige i sammenligning med de trange forhold, vi havde været vant til. Finn var omsider blevet færdiguddannet og fik nu en væsentlig højere løn, men Adam var ikke så længe i paradiset. Han var jo blevet 18 år og skulle derfor 'i trøjen' - han skulle aftjene sin værnepligt, og det blev i marinen; Finn havde været søspejder, så det valg faldt naturligt.

Før han tog afsted, havde vi en længere diskussion om, hvad vores barn skulle hedde. Jeg kom for skade at foreslå Ann, hvilket aldeles omgående blev accepteret af Finn, som syntes om det, fordi hans mor hed Anna. Da det gik op for mig, kunne jeg have bidt min tunge af.

*(fortsættes næste side)*



Omsider enedes vi om et kompromis, og resultatet blev navnet Mariann, som jeg stadig synes er et bedårende navn.

Jeg var nu det meste af tiden alene på skansen. Finn kom kun hjem, når han fik orlov. Penge var der nærmest ingen af, så for at Mariann skulle få tøj på kroppen, henvendte jeg mig til Mødrehjælpen. Det havde Finns mor fortalt mig, at jeg skulle. På Mødrehjælpen fik jeg, som ubemidlet, en dejlig pakke med babytøj bestående af små trøjer med korte og lange ærmer, bukser, bleer etc.

Det var ikke ofte, Finn var hjemme. Højst en gang om måneden. Når han var hjemme, havde vi drabelige skænderier. Han lå under for, hvad hans mor mente, og jeg kunne ikke gøre noget som helst rigtigt.

Jeg ville glæde ham til hans fødselsdag, og havde købt en elektrisk barbermaskine til ham. Jeg havde ikke alle pengene, så jeg fik i stand at betale den over nogle gange. Det blev der stor opstandelse over. Barbermaskinen blev leveret tilbage, hvorefter hans mor var rundt i diverse forretninger for at forhøre, om jeg havde købt flere ting på afbetaling, hvilket jeg naturligvis ikke havde. Kronen på værket var, at hun rykkede annoncer i avisen, hvor hun kundgjorde, at alle indkøb foretaget af mig - med navns nævnelse - som ikke var betalt, ikke ville blive dækket. Det var dybt ydmygende.

Desuden var Finn sygeligt jaloux, og der var ingen ende på beskyldningerne. Jeg så godt ud, og han sagde på et tidspunkt, at han ønskede, at jeg så ud som en heks, så han ikke behøvede at frygte, at jeg kastede mine øjne på andre. Han gjorde, hvad han kunne for at skamfere mit udseende. Jeg fik kort og godt tørre tæsk.

Situationen var uholdbar, især efter at Finn var færdig med militærtjenesten og var begyndt at arbejde på værftet igen.

Efterhånden var det eneste, der stod i hovedet på mig, ønsket om at komme bort - og jeg begyndte at lægge planer.



*Jørna Bækmark*  
(fortsættes i næste nummer)



## 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 .....	7011 3131
<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>
<u>Udbetaling Danmark</u>  <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> <b><u>7012 8061</u></b> Hverdage 8-17
Boligstøtte	Samme tider som Udbetaling Danmark	7012 8063
Borgerservice	<b>man - ons. og fre. 9-16</b> <b>torsdag kl. 9-18</b>	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. 8 - 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

Heidi Brosbøll Jensen, ..... tlf. 2078 1917

Kontaktes *kl. 9 - 15* *helst pr. mail: heibro@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)

