

# DALGAS-POSTEN

Nr. 12 December 2025

29. 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 i  
bunden af 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**

# *Julemarked i Torrild Gl. Mejeri*



**BUSTUR TIL JULEMARKED I TORRILD  
LØRDAG D. 29. NOVEMBER  
KL. 10.00—14.00**

**Entre 25 kr. betales ved indgangen.**



Tilmelding til turen skal ske **mandag d. 24. november mellem kl. 9.30 og 10.00 på tlf. 4112 8539.**

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, og betalingen foregår ved kontant betaling i bussen, **så husk aftalt beløb kr. 36,00 til bussen, samt penge entreen (25 kr.) og penge til evt. fortæring.**

Kære beboere og brugere af Folkehuset Dalgas

# Julefrokost

**ONSDAG D. 3. DECEMBER**

**KL. 13.00 - 15.00**

**I "AKTIVITETEN"**

Der serveres en jule-anretning med sild, laks, hønsesalat, sylte, frikadelle og ris ala'mande + drikkevarer og derefter kaffe og småkager.

**Arrangementet er gratis for beboere på Dalgas, men man skal dog tilmelde sig.**

**Pris 150,- kr pr person, for borgere udefra.**

**Billetter sælges/udleveres i Aktivitetslokalet**

**fredag d. 28. nov. kl. 11 - 12.**

Begrænset antal billetter - kun ca 35 stk.

***HUSK...kun kontant betaling - vi har ikke MobilePay***



Hilsen fra Beboerforeningen og Dalgasrådet.



**Salmesang i "Udsigten"**  
**onsdag den 3. december**  
**Kl. 14.30 – 16.00**



**Gudstjeneste i "Udsigten"**  
**tirsdag den 16. december**  
**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.

# JULEBANKO

onsdag d. 10. december

Bemærk det foregår i "Aktiviteten"

**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 |

# **TUR MED BUSSEN I DECEMBER**

**ONSDAG DEN 17. DECEMBER 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. 15. DEC.**  
**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, OG BETALINGEN FOREGÅR  
VED KONTANT BETALING I BUSSEN, SÅ HUSK AFTALT BELØB  
KR. 36,00 + PENGE TIL KAFFE/TE.**



## **BLOT TIL INFO.....**

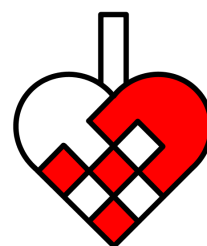
# **Juleaften i Folkehuset Ankersgade**

Savner du nogle at holde juleaften med? Så er du velkommen i Ankersgade. Kom alene eller sammen med andre og vær med til at skabe en hyggelig juleaften i fællesskabets tegn.

Vi skal spise juleand med det hele og selvfølgelig have ris a'la mande til dessert. Vi skal hygge os, synge julesange og have en dejlig aften i hinandens selskab. Vi slutter af med kaffe og sødt.

### **HVOR?**

Folkehuset Ankersgade, Ankersgade 21, Aarhus C.  
24. december fra kl. 17.00 – 22.00



### **PRIS:**

100 kr. for voksne, 50 kr. for børn u. 12 år, gratis for børn u. 2 år.

### **TILMELDING:**

Tilmeld dig senest den 15. december via linket:

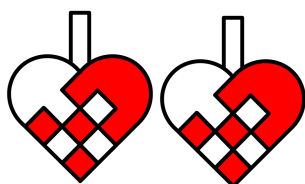
[pretix.eu/mso-aarhus/fhjul25/](http://pretix.eu/mso-aarhus/fhjul25/)

Der er 50 pladser, som fordeles efter først til mølle.

### **?SPØRGSMÅL:**

Har du spørgsmål, kan du kontakte Laura Krarup på tlf.: 41 86 46 20 eller e-mail: [la1r@aarhus.dk](mailto:la1r@aarhus.dk)

Vi glæder os til en dejlig juleaften



# Kom og syng med !

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

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

(medbring gerne aftalte penge)

**Torsdag den 18. dec. er sidste gang inden jul  
og så starter vi igen d. 15. januar 2026.**



***Bente efterlyser en medhjælper, der hver torsdag,  
har lyst til at gi' en hånd med borddækning,  
oprydning og lignende.  
Bente træffes på mobil 2016 8185.***



# LÆSEGRUPPE PÅ DALGAS

**Hver mandag**  
**i "Aktiviteten" fra kl. 15.00—17.00**

Læseguiderne Mette 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



## **"Danmark spiser sammen"—5. nov. på Tangkroen.**

En rigtig hyggelig aften med 70 deltagere, musik af vores "huspianist" og lækker mad tilberedt og serveret af det friske personale på Tangkroen.

Det var et meget vellykket arrangement, som vi håber kan gentages i det nye år.



# Noteringskalender

|    |         | <b>December 2025</b>                                                                     |
|----|---------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | mandag  | Læsegruppe i "Aktiviteten" kl. 15.00 –17.00                                              |
| 2  | tirsdag |                                                                                          |
| 3  | onsdag  | Julefrokost i "Aktiviteten" kl. 13.00 –15.00<br>Salmesang i "Udsigten" kl. 14.30 - 16.00 |
| 4  | torsdag | "Syng med" i "Aktiviteten" kl. 13.30 - 15.00                                             |
| 5  | fredag  | Strik, snak og hygge "Aktiviteten" kl. 10                                                |
| 6  | lørdag  |                                                                                          |
| 7  | søndag  |                                                                                          |
| 8  | mandag  | Læsegruppe i "Aktiviteten" kl. 15.00 –17.00                                              |
| 9  | tirsdag |                                                                                          |
| 10 | onsdag  | <b>Jule Banko i "Aktiviteten"</b> kl. 13.00 -15.00                                       |
| 11 | torsdag | "Syng med" i "Aktiviteten" kl. 13.30 - 15.00                                             |
| 12 | fredag  | Strik, snak og hygge "Aktiviteten" kl. 10                                                |
| 13 | lørdag  |                                                                                          |
| 14 | søndag  |                                                                                          |
| 15 | mandag  | Tilmeld Oddertur kl. 9.30—10.00<br>Læsegruppe i "Aktiviteten" kl. 15.00 –17.00           |
|    |         |                                                                                          |

# Noteringskalender

|    |         |                                                                |
|----|---------|----------------------------------------------------------------|
|    |         | <b>December 2025</b>                                           |
| 16 | tirsdag | Julegudstjeneste i "Udsigten" kl. 14.00 –16.00                 |
| 17 | onsdag  | Bustur til Odder kl. 10.00—13.00                               |
| 18 | torsdag | "Syng med" i "Aktiviteten" kl. 13.30 - 15.00                   |
| 19 | fredag  | Strik, snak og hygge "Aktiviteten" kl. 10                      |
| 20 | lørdag  |                                                                |
| 21 | søndag  | <b>Cafebio holder fri i december</b>                           |
| 22 | mandag  |                                                                |
| 23 | tirsdag |                                                                |
| 24 | onsdag  | <b>Juleaften</b>                                               |
| 25 | torsdag | <b>1. Juledag</b>                                              |
| 26 | fredag  | <b>2. Juledag</b><br>Strik, snak og hygge "Aktiviteten" kl. 10 |
| 27 | lørdag  |                                                                |
| 28 | søndag  |                                                                |
| 29 | mandag  |                                                                |
| 30 | tirsdag |                                                                |
| 31 | onsdag  | <b>Nytårsaften</b>                                             |
|    |         |                                                                |
|    |         |                                                                |

## 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**

---

**BEMÆRK NYE... selvtræningstider**  
**på Folkehuset Dalgas—gældende pr. 1. dec.**

**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.

# Fra Ledelsen....

## Vigtig info vedr. selvtræning

### i Folkehuset Dalgas:

Fra juni 2025 er døren låst og for at få adgang til træningslokalet, skal du købe et medlemskab for 200 kr. pr år hos FO.

Det gør du ved at gå ind på hjemmesiden

**[www.fo.dk](http://www.fo.dk) hold nr. 24-1658**

Alternativ kan du henvende dig hos FO Aarhus, Frederiksgade 78c, 8000 Aarhus c eller på tlf. 8746 4500.

Du vil herefter høre nærmere om hvor og hvornår du kan få udleveret en nøglebrik til døren.

Du skal altid opdatere din nøglebrik, **HVER GANG** du kommer og træner, for at kunne låse døren op til træningslokalet. Hold nøglebrikken stille foran scanneren ved døren, når den lyser grøn, så er nøglebrikken opdateret og du kan nu åbne døren til lokalet.

**Alle der i forvejen har et medlemskab, har fået info ang. ovennævnte, samt hvor og hvornår de kan hente deres nøglebrik.**

# 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  
henvendelser fra beboerne,  
vedrørende bygninger, lejligheder  
og området.**

## **VIGTIG INFO !!!**

*Døre til kælderen  
SKAL ALTID være lukkede,  
dette for at forhindre indbrud.*

*Lågerne til alle affalds-skakter  
SKAL ALTID være lukkede,  
dette af hensyn til rotter.*

*Ved elevatorfejl....  
da skal I kontakte Henrik Nielsen  
på mobil 2920 3974*

# 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.**

## **VEDR. BRUG AF "RÅDSLOKALE" NR. 118:**

Rådslokalet er **kun** til brug for beboerne og kan lejes af disse, til f.eks. et familiearrangement. Dog må der kun opholde sig max. ca 20 personer af gangen.

Der er et depositum på kr. 100,- pr gang man låner lokalet. Dette beløb returneres når nøglen afleveres til Freddy og alt er ok.

Det er kun Dalgasrådet der har nøgle til lokalet og ønsker I at låne det, skal I henvende jer til Freddy — han har en "lånenøgle" som udleveres.

Freddy Petersen Mobil: 4112 8539  
[freddypetersenagf@gmail.com](mailto:freddypetersenagf@gmail.com)

**Vær obs på, ødelægges noget, skal I selv erstatte dette.**

Ligeledes skal lokalet (stue, køkken og toilet), afleveres i rengjort og opryddet stand, helt som I modtog det og service m.m. skal vaskes og stilles på plads.

Der forefindes opvaskemaskine, kaffemaskine, el-kedel og service til 20 personer. Stuen indeholder spisebord med 12 stole + 8 extra klapstole samt 2 klapborde.



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)**

| <b>FUNKTION</b>              | <b>NAVN</b>                             | <b>TRÆFFETID</b>                  | <b>TLF. NUMMER<br/>OG MAIL</b>               |
|------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------------------|
| 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 folkehuset Dalgas   | Jakob Vestergren<br>Bavnshøj            |                                   | <b>javb@aarhus.dk</b>                        |
| Leder af hjemmeplejen Dalgas | Patricia                                |                                   | <b>pahea@aarhus.dk</b>                       |
| Frivilligkonsulent           | Helle Randlev                           |                                   | 4185 8666<br><b>rahel@aarhus.dk</b>          |
| Forebyggelses-konsulenter    | Anne Dorte<br>Bülow Prisak              |                                   | <b>adbp@aarhus.dk</b>                        |
| Lokalebooking                | Ane Dorte<br>Wendelbo                   |                                   | 2176 2408<br><b>adw@aarhus.dk</b>            |
| Pedel                        | Henrik Nielsen                          |                                   | 2920 3974                                    |
| Centerrådsformand            | Kurt<br>Neergaard                       |                                   | 4051 4477<br><b>kurtneergaard@outlook.dk</b> |
| Beboerforeningsformand       | Knud<br>Østergaard                      |                                   | 2021 2550<br><b>knud.oest@gmail.com</b>      |
| Restaurant<br>TANGKROEN      | Hjemmeside:<br><b>tangkroen.dk</b>      |                                   | 2540 7300<br><b>kontakt@tangkroen.dk</b>     |

## **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](http://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.....                           | <b>1 1 2</b>       |
| Politi.....                                 | <b>1 1 4</b>       |
| 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        |
| <b>Bolig-administrationen.....</b>          | <b>89 40 66 44</b> |
| <b>Henrik Nielsen Teknisk service.....</b>  | <b>29 20 39 74</b> |
| <b>Hjemmeplejen hverdage mellem 8 og 12</b> | <b>41 85 74 23</b> |

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**

**December:**

**Lørdag d. 29. nov.** Bustur til Julemarked kl. 10.00 -14.00

Onsdag d. 3. dec. Julefrokost i "Aktiviteten" kl. 13.00 - 15.00

**Billetsalg v/"Aktiviteten" d. 28. november kl. 11.00—12.00**

Onsdag d. 3. dec. Salmesang i "Udsigten" kl. 14.30 - 16.00

Onsdag d. 10. dec. Jule Banko i "Aktiviteten" kl. 13.00 - 15.00

Tirsdag d. 16. dec. Gudstjeneste i "Udsigten" kl. 14.00 –16.00

Efter gudstjenesten er der gratis kirkekafe

Onsdag . 17. dec. Bustur til Odder kl. 10.00 - 13.00

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

**I ønskes alle en rigtig glædelig jul  
samt et godt nytår.**