

Abildposten

januar 2026



Indholdsfortegnelse

Det sker i Folkehuset Abildgården	2
Nytårsfest og spille-komsammen	3
Årsmøde	4
Siden sidst	5
Selvtræning, FO og	6
Christiansbjerg Lokalhistoriske Forening	6
Jørna Bækmarks føljeton, kap. 29	7-8
Nyttige kontakter	9
Kontakter til Område Nord	10
Tovholdere	11
Vores ildsjæl Inger og fire chauffører	11½
Rådet	12

**Folkehuset Abildgården,
Abildgade 9, 8200 Aarhus N.**

*Månedssbladet Abildposten ligger på
Sundhed og Omsorgs hjemmeside:*

***www.folkehuset-abildgaarden.dk
- aktiviteter og arrangementer***

DET SKER i Folkehuset Abildgården

JANUAR 2026

Ugedag og dato	klokkeslæt og sted	Aktivitet / arrangement
Lør 3/1	13-15 Lokale 1	Lørdagsspil se s. 3
Man 5/1	18.30 salen	Banko <i>v/Lavias støtteforening</i> Dørene åbnes kl. 17.30
Tirsdag i ulige uger	10 - 11.30 frivilliglokalet	Mandegruppen <i>v/Kurt Møller</i> <i>start: 13/1</i>
Ons 14/1	13.30 salen	Banko <i>v/Abildgårdens venner</i> Dørene åbnes kl. 12.30 med salg af kaffe/te og kage
Tor 15/1	14.00 salen	NYTÅRSFEST for alle <i>v/Rådet</i> Se s. 3
19/1	18.30 salen	Banko <i>v/Lavias støtteforening</i> Dørene åbnes kl. 17.30
Tir. 21/1	10.30-11.15 stuen	Gudstjeneste <i>v/ Naser Rezaeih</i>
Tor 22/1	10-11.30 salen	Kvindegruppen <i>Råhygge i salen</i>
MANDAGE kl. 15-17, lokale 1		Whist med es-makker. <i>Start 2026: 12/1</i>
TIRSDAGE kl. 15-16, træningslokalet		Fællestræning. <i>Alle er velkommen til at deltage.</i> <i>Start 2026: 6/1</i>
FREDAGE kl. 9-11, lokale 1		Fælles kaffebord - 20 kr. pr. næse. <i>Start 2026: 9/1</i>
'Christiansbjerg Lokalhistoriske Forening' på Bjerggården, kælder- ren. - Hver tirsdag kl. 15.30-17.30 - <i>Start 2026: 13/1.</i> - Se s.		

Forside billedet:

En detalje fra et maleri af **Seppo Mattinen: "Himlen over landsbyen", 2013**
- venligt udlånt gratis af maleren og bragt i stand af Lis Clausen fra
clausenskunsthandel.dk, tlf. 3011 0132

NYTÅRSFEST

Torsdag den 15. januar kl. 14.00 i festsalen

*Lad os fejre nytåret sammen
med kransekage og bobler*

Salonorkestret underholder



Billetter à 50 kr.

Kontakt Inger Søbirk, tlf. 4026 6419

Arrangement ved Centerrådet



**Kom til spille-komsammen
i Folkehuset Abildgården**



2026: Lørdag den 3. januar kl. 13-15 i lokale 1

Vi byder vi på et lille koldt bord - så kom og sig pænt goddag til 2026.

*Vi spiller den første lørdag i hver måned hele året.
Bare mød op med godt humør, en kop, en lille tallerken og bestik.*

Pris: 20 kr. pr. gang for kaffe og kage eller andet mundgodt.

Vel mødt! - Håber, vi ses - de bedste hilsner fra

Jane og Ursula, Skovvangsvej 133



FOLKEHUSET ABILDGÅRDEN



Årsmøde i Folkehuset Abildgården

onsdag den 7. januar

kl. 14 - cirka 15.30 i festsalen ♥

Kom til årsmøde og mød
Centerrådets fire medlemmer:

Inger, Lilly, Anni og Kirsten,
som alle har indvilget i at tage
endnu en periode i rådet.

- Kom og hør om rådets planlagte
arrangementer for 2026

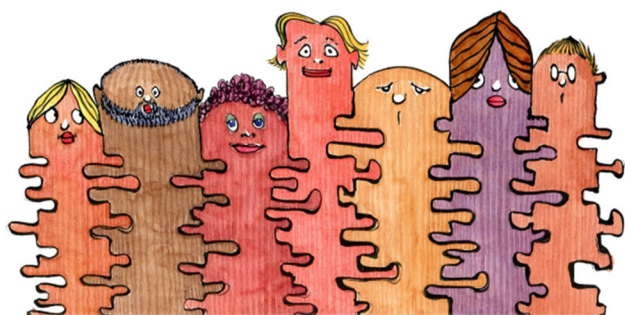
PROGRAM:

- ♥ Velkomst og formandens be-
retning
- ♥ Gennemgang af regnskabet for
2025
- ♥ Præsentation af rådet
- ♥ Præsentation af arrangemen-
terne for 2026

Rådet giver kaffe og lagkage

Venlige hilsener

Centerrådet,
Folkehuset Abildgården



Hvad er det lige, et centerråd skal og gør?

Det understøtter og tager ini-
tiativ til aktiviteter og arran-
gementer, men det er ikke
nødvendigtvis dem, der udfør-
rer dem i praksis. Der kan
være arrangements- eller
aktivitetsudvalg, som plan-
lægger og udfører - eller et
frivilligt hjælpekorps, der
kommer og udfører de prak-
tiske opgaver.

- ♥ Rådet administrerer drifts-
midlerne og kan vælge at
fordele disse til eventuelle
udvalg under rådet.
- ♥ Rådet samarbejder med
frivilligkonsulenten, Anne
Skyum og distriktslederen,
Trine Holst.
- ♥ Rådet medvirker til at ved-
ligeholde den gode tone og
det gode værtskab i folke-
huset og er inkluderende
både i forhold til nye med-
lemmer af rådet og til folke-
husets frivillige og brugere.



Juletræsfesten 17.12 2025

Centerrådet var vært ved vores juletræsfest. Der var en rigtig god stemning - og hvis nogen ikke var i julehumør, blev de det, da *Claus Pries* begyndte at underholde med de dejligste julesange. - Det var en god eftermiddag og en fin afslutning på 2025.

Godt nytår til alle!

K.C.



Selvtræning i Folkehuset Abildgården



Kontakt - se tlf. og mail nedenfor.

Fysioterapeut og instruktør Kasper Loft
giver instruktion og opfølgning på selvtræning

Januar 2026: Onsdag den 7. og 21. kl. 14.40



FO-Aarhus 'Ud af Røret' 2025-2026 i Folkehuset Abildgården

Der er tilmelding hele året til vores aktiviteter.

Kontakt *Kasper Loft*,

tlf. 5041 3932 ♥ mail: udafrøret@gmail.com

Christiansbjerg Lokalhistoriske Forening

i kælderen på Bjerggården - indgang fra Østerøgade 20.

hver tirsdag kl. 15.30-17.30

Gruppen omkring lokalhistorien er samledes siden 2007, hvor vi ser billeder og taler om det gamle Christiansbjerg. Vi har et utal af billeder og historier om området, som også Abildgården er en del af.

Vi begynder igen tirsdag den 13. januar kl. 15.30
- alle er velkomne, og det er gratis.

Vi kan evt. også komme på Abildgården og fortælle om Christiansbjerg.

Ved interesse, kontakt:

Karin Bindløv tlf. 2694 1865 eller

Leif V. Jensen, tlf 8610 3869



Jørna Bækmarks føljeton:
"Fortællinger fra vores generation" - kapitel 29

En gang, da vi anløb New York, var det en af de sidste dage i året, og vi skulle ligge i New York til efter nytår.

Aftenen blev behørigt fejret, og da klokken nærmede sig 24, fandt Olav på, at der skulle skydes raketter af.

Vi havde nogle nødraketter ombord, som alligevel var for gamle, og de kunne passende blive affyret til at skyde det nye år ind.

Han fandt dem frem, fik antændt et par stykker, som fløj til himmels, den ene efter den anden.

Nu ville ulykken, at en af dem eksploderede i hånden på ham. Det kom der en stor ulykke ud af. Tommelfingeren blev næsten revet af, og det yderste led af pegefingern mangledes. Det samlede jeg op fra dækket. Jeg fik det pakket i stanniol og forsøgte at holde det varmt.

Det var jo nytårsaften - at tilkalde en ambulance eller taxa viste sig håbløst, så jeg foreslog, at vi gik i land for at forsøge at fange en taxa. Det lykkedes at praje et par stykker, men da de så Olavs hånd og blodet, der løb, kørte de videre. Til sidst stillede jeg mig ud midt på gaden med udstrakte arme og tvang dermed den næste taxa til at standse. Jeg fik ham overtalt til at køre os på skadestuen.

Heldigvis havde vi i kampens hede sanset at tage penge med, så vi kunne betale for kørslen.

Da vi trådte ind på skadestuen, lignede det et slagtehus. Lægerne forforjagede rundt med gummiforklæder på. Gulvet sejlede i blod. Tilskadekomne mennesker sad og lå, mere eller mindre ilde tilredte.

Da det omsider blev vores tur, nægtede lægen at foretage sig noget, før han havde sikret sig, at vi kunne betale for behandlingen. Vi havde ikke mange penge tilbage, så vi blev afvist.

Heldigvis havde jeg telefonnummeret på rederiets agent. En venlig person gav mig en dime (10 cent), så jeg kunne benytte telefonboksen.

Agenten stillede heldigvis ret hurtigt op og garanterede for betalingen på rederiets vegne.

Omsider skete der noget. Tommelfingeren blev syet fast, stumpen på pegefingern ligeså, hvorefter den blev opereret ind under maveskindet, så den kunne vokse sammen med

vævet. Der skulle den så sidde, mens vi tog vores sædvanlige tur ned langs østkysten, med diverse havneanløb.

(fortsættes næste side)

Da vi anløb New York igen på udturen, blev pegefingeren skåret fri. Operationen var yderst vellykket, men Olav havde hår til at vokse på spidsen af sin pegefinger for resten af sit liv.

Vi havde en last lakridsrod med os fra Khorramshar i Iran. Lakridsrod benyttes til fremstilling af Coca Cola. Denne last skulle losses i Philadelphia. Her lagde vi til ved en korn pier. På kajområdet lå der kæmpebjerge af forskellige kornsorter foruden bjerge af lakridsrod.



Vi havde observeret nogle enorme, sorte rotter - mere end en halv meter lange uden at måle halen med - som pilede rundt på kajen, hvilket gjorde, at vi skulle have rotteskjolde monteret på fortøjningstrosserne for at undgå at få ubudne gæster ombord.

- Rotteskjolde er runde blikplader, omkring 40-50 cm i diameter, som krænges omkring trosserne. Dem kunne rotterne ikke forcere.

Det var ækelt og uhumsk at observere, hvorledes rotterne huserede i lakridsrods- og kornbunkerne. Her forrettede de deres nødtørft, byggede reder, fødte deres unger, og åd sig tykke og fede af korn. - De levede det rene slaraffenlands liv.

Dette uforglemmelige syn er den væsentligste grund til, at jeg sjældent eller aldrig, drikker Coca Cola.

Jørna Bækmark

Føljetonen fortsættes i næste nummer

PostNord stopper - dao overtager pr. 1/1 2026:

Fra 1. januar 2026 er *dao* den eneste landsdækkende aktør, der håndterer fysiske breve i Danmark.

Sådan sender du et brev fra 2026:

- ◆ Skriv brevet - som tidligere.
- ◆ Køb et brevmærke i en dao-shop (kiosk, supermarked eller pakkeshop) eller bestil det online. Et ark med 10 mærker koster 230 kr. (2025).
- ◆ Aflever brevet i de røde dao-kasser, som står i de ca. 1550 dao-shops.

Dao-shops i nærheden af Abildgården:

Stjernekøb Funch Thomsens Gade 2C 8200 N: Åbent: Man-søn. 7-22
Uni-shoppen, Langelandsgade 171. Åbent: Man-lør: 10-18. Søn: 10-16
Løvbjerg, Trøjborg

PRIS: 100 g. brev Dk: 23 kr. - 2-5 hverdage / PLUS: 1-2 dage.

Kilde: Ældresagen/IH



NYTTIGE KONTAKTER



Alarmcentralen		112
Politi, ikke akut	politi i hele landet: spørgsmål/ anmeldelser/tips	114
<i>V. akut sygdom, kontakt:</i> Egen læge Lægevagten	kl. 08 - 16 kl. 16 - 08	- 7011 3131
<i>Skadestuen: Ring først læge/vagtlæge.</i> <i>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: janifj@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”	<i>kun for medlemmer</i> - Ikke gratis - Hverdage kl. 9-15	8613 0926
Udbetaling Danmark <i>Postadresse:</i> Kongens Vænge 8, 3400 Hillerød	<i>Hjælp til digital betjening:</i> www.borger.dk 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



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 forespørgsler 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
- ♥ Handicapørsel
- ♥ 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

Kontaktes 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:

Morten Nielsen - tlf.tid kl. 7-14:.....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

FO Ud af Røret og selvtræning:

Kasper Loft tlf. 5041 3932

Aktiviteter: Hans Jørgen Riis tlf. 28964781

mail: hjhriis@gmail.com

Christiansbjerg Lokalhistorie og Søndagskaffe:

Leif Jensen tlf. 29103869

mail: leif-henny@youmail.dk



Abildgårdens ildsjæl, Inger Søbirk - ser ud til at ha' noget i ærmet til folkehusets fire trofaste chauffører, der kører kvindegruppen ud på de vilde vover.



Godt gået - eller rettere - kørt!



Folkehuset Abildgården

Abildgade 9, 8200 Aarhus N.
Mail: centerraad.abildgaarden@gmail.com



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

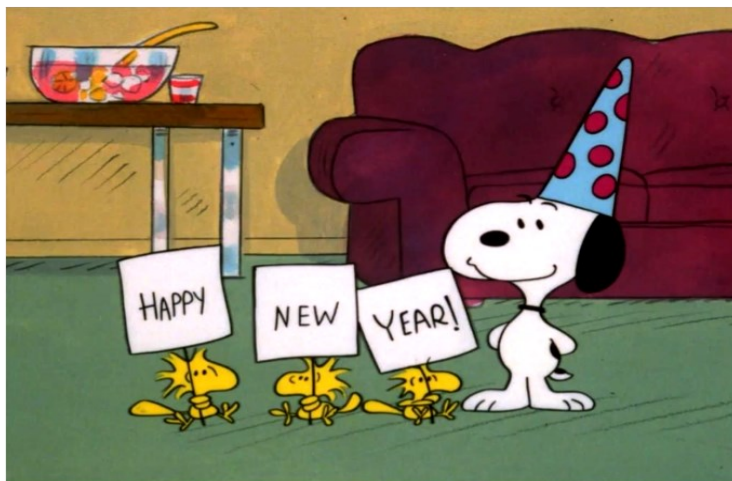
♥ Anni Linger
tlf. 5122 8361
mail: anni_linger@hotmail.com

♥ Kirsten F. Jensen:
tlf. 2924 2289
[ingen mail](mailto:ingen@mail.com)

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



*Nytår 2026:
Lad os være sammen om
et stærkt, fromt og kærligt ønske
om fred og sundhed for vores
klode og alle dens skabninger!*



Abildposten

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

