



Ugebrev



Uge 38 - 2020

Titel	Meddelelse
Formanden har ordet! 	Efteråret er på vej og dermed flere indendørs aktiviteter. Vi skal sikkert være underkastet reglerne om corona lang tid endnu, hvorfor aktiviteterne ikke bliver, som de plejer. Eksperterne mener ikke det kan ændres, før vi får en vaccine. Vi bliver derfor nødt til at indrette os efter gældende regler. Fremtiden kan vi ikke spå om, men blot forsøge at få det bedste ud af det.
Medlemmerne har ordet!	<i>Nordbo Senior og syklubben.</i> Hjertelig tak for opmærksomheden med varme hilsener og smukke blomster, ved Birgit Vibholm Rasmussen's bisættelse. På familiens vegne - venlige hilsener. <i>Henning Rasmussen.</i>
Tovholderne har ordet! Markedspladsen!	<i>Her kan du sælge/købe brugte sager!</i> Der kan være mange penge at spare ved at handle brugt online – og ligeledes mange penge at hente, hvis man afsætter tid til at videresælge frem for at kassere. Her kan du sælge/købe ting som andre NORDBO SENIORER har sat til salg. Der er gode tilbud til salg af tøj, antikviteter og alt derimellem. Gå på hjemmesiden nordbo senior.dk under markedspladsen, der er vejledning om køb og salg.

Hvis du har problemer med at bruge denne service, så kontakt tovholder, der er måske hjælp at hente.

Tovholder Bjarne Dueholm

Tovholderne har ordet!



Nu har næsten alle vores faste "kunder" været igennem Birthes kommando med bøj og stræk. Det ser ud til, at der stadig er stor opbakning. Tak for det.



Jeg er så stolt over jer. Det ser så godt ud når I hiver i disse "forfærdelige" elastikker. Der bliver stønnet og sukket undervejs, men bagefter har vi det rigtig godt.

Vi får gode muller af det her.

Det hænder også at elastikken smutter. Dem der oplevet det, siger det gør ondt, og man kan få blå mærker af det. Så får alle vi andre hørt lattermusklerne, og det er jo også rigtig sundt.

SES ONSDAG

HILSEN

BIRTHE OG MARGIT

Tovholderne har ordet!

Spis Sammen

Sundhedsstyrelsen har netop udsendt retningslinjer for afholdelse af private fester.



Ved ikke, om vi kan kalde Spis Sammen for en PRIVAT fest, men en FEST er det i hver fald.

Retningslinjerne er:

Undgå kø:	Ja
God håndhygiejne og brug sprit:	Ja
Afstand ved bordene 1 meter:	Ja
Drikkevarer serveres:	Ja
Tallerken anretning:	Ja

Så uden sommerfugle i maven holder vi Spis Sammen den 30. september efter samme retningslinjer som sidst.
Det er så også tid til at kigge fremad mod ”Spis Sammen” den 28.oktober.

Menuen er her:

Hovedret

Hamburgerryg, aspargessovs, gulerod, kartofler.

Dessert

Jordbærtrifli.

I lighed med tidligere, vil der være mulighed for at blive tilmeldt før listen sættes op i Nordbo Huset. Dette kun for dem der IKKE fik en plads den 30. september.

For tilmelding kontakt mig på mail birhansen@live.dk eller tlf. 6168 8017.

Med håbet om endnu en hyggelig aften,
de bedste hilsener fra

Birthe



Efterskrift!

Ifølge aftale med Birthe, har jeg lovet at tilføje følgende:

Vi følger regeringens anbefalinger tæt, hvilket kan betyde at ”spis sammen” arrangementet helt må aflyses.

Derfor er det vigtigt at du følger med i ugebrevne, hvor de seneste informationer kommer. Ligeledes også på vores hjemmeside nordboenior.dk

Mvh Bjarne Dueholm

<p>Det er ganske vist!</p>	<p>Pensionister og efterlønnere kan se frem til at få udbetalt 1.000 kroner skattefrit til oktober, men du skal selv holde øje med, om pengene kommer ind på din bankkonto.</p> <p>Går du og venter på de 1.000 kroner, som bliver udbetalt som en del af regeringens sommerpakke, varer det ikke længe før pengene ruller ind på din konto.</p> <p>Det er regeringens hensigt, at pengene skal stimulere forbruget under corona-krisen.</p> <p>Tilskuddet bliver helt automatisk udbetalt til dig i løbet af oktober. Du skal altså ikke selv gøre noget.</p> <p>Du skal være opmærksom på, at der ikke bliver sendt noget brev om udbetalingen.</p> <p>Det oplyser Udbetaling Danmark.</p> <p>Læst af Bjarne Dueholm</p>
<p>Unyttig viden!</p>	<p>I gennemsnit bruger man i løbet af sit liv 13 minutter med en boremaskine i hånden.</p> <p>-----</p> <p>Mange babyer kan først græde med tårer når de er en måned gamle.</p> <p>-----</p> <p>Pletter fra en kuglepen kan fjernes med eau de cologne.</p> <p>-----</p> <p>Eau de cologne brugtes tidligere som middel mod pest.</p> <p>-----</p> <p>IKEA producerer hvert år 50 mio. umbrakonøgler.</p> <p>-----</p> <p>Julesangen om "Rudolf med den røde tud" blev inspireret af en malebog til børn med netop denne (amerikanske) titel, som en amerikansk varehuskæde producerede i 1939.</p> <p>-----</p> <p>Læst af Bjarne Dueholm</p>



Dette billede er et billede af en 1000-kroners seddel, som er udbetalt som en del af regeringens sommerpakke.

<p>"os der sparker dæk"</p>  <p>Klubben for mænd!</p>	<p>Nu er det tid til Ålegilde!</p> <p>Torsdag, den 8. oktober 2020 kl. 12.30 Pris kr. 250 all-inclusive</p>  <p>Bindende tilmelding til Bjarne Dueholm på mail kasserer@nordbosenior.dk Senest den 1. oktober 2020</p>
<p>Hørt i mandeklubben "os der sparker dæk" Thø thø thø</p>	<p>To mænd sidder på en pub, drikker og begynder så småt at skændes. Pludselig rejser den ene sig op og råber: "Jeg har knaldet med din mor!" Der bliver helt stille på pubben. Så gentager manden, endnu højere: "Hører du!? Jeg har knaldet med din mor!" Den anden mand kigger roligt på ham og siger: "Du er fuld. Gå nu hjem, far."</p>
<p>Medlemmerne har fordelene!</p>	<p>Ny samarbejdspartner!</p> <p><u>NORDBO SENIOR's bestyrelse</u> og <u>SENIORPLEJE</u> har indgået en samarbejdsaftale, som vil give dig, som medlem, en fordel ved at handle seniorhjælpeartikler med rabat.</p> <p>Ud over muligheden for at købe med rabat, kan du gratis få råd og vejledning, om løsning af de behov der kan opstå hvis der kommer alderdomstegn i din hverdag, og du får brug for værnemidler og hjælpemidler.</p> <p><i>Hjemmesiden seniorpleje.dk giver dig et overblik over alle de mange produkter du kan købe. Definer dit behov, ring til DITTE OKKELS, og få et godt tilbud.</i></p> <p>SENIORPLEJE Mølleparken 20 7080 Børkop</p>

KONTAKT:

Telefon [40563841](tel:40563841) eller

E-mail til kontakt@seniorpleje.dk

Sådan gør du!

Gå ind på hjemmesiden seniorpleje.dk, og bestil de varer du ønsker, og læg varerne i "indkøbskurven". Derefter går du til betaling. I feltet med rabatkode skriver du "NORDBO", og du vil se at den rabat der er på de varer du har købt nu fratrækkes på fakturaen.

Er der problemer, kan du også ringe til Ditte, som så vil hjælpe dig med dit køb.

Tovholder Bjarne Dueholm

Ugens aktiviteter
i NORDBO
SENIOR

Tirsdag, den 15. september kl. 10 – krolf og petanque

Tirsdag, den 15. september kl. 13.30 – Håndarbejde

Onsdag, den 16. september kl. 13 – "bevar DIG vel" med tilmelding

Onsdag, den 16. september kl. 18 – Cykeltur – sidste tur i år

Torsdag, den 17. september kl. 10 – Travetur

Thø thø thø



**En af livets
facer!**



Hørt på skovskiderkroen

Medlemmerne
har ordet!

Så blev vi meget klogere!



Efter en meget informativ rundvisning på Fredericia Brewpub, ved vi nu hvordan de brygger den fremragende lokale øl. Der var blot det, at alt lokalt øl var udsolgt.

MEEENN! vi fik smagsprøver fra andre danske og udenlandske bryggerier. Alt i Alt en hyggelig aften for "dæksparke" med gæster.

Tovholder Bjarne Dueholm

"ud i det **blå**"
Program!

2-dages udflugt med "ud i det **blå"**

Den 22. september 2020 kl. 9.00 "Sønderjylland på skrå"
med mulighed for overnatning på hotel

den 23. september 2020 kl. 9.00 "Nationalpark Vadehavet"

Turen er udsolgt, men der er oprettet venteliste

Tilmelding til Bjarne Dueholm på mail kasserer@nordbosenior.dk hurtigst muligt!

Lidt om haven!

Sådan får du smukke tulipaner i dine krukker og altankasser.



Du skal i gang med at lægge løg midt på efteråret og ikke have en for leret jord, hvis du vil have flotte tulipaner i dine krukker eller altankasser til foråret og i forsommeren.

Vil du have flotte tulipaner i foråret, skal du i gang i efteråret. Tulipaner er nemlig en løgplante, og løgplanter har brug for tid i jorden til at vokse sig stærke. Jo længere tid i jorden, jo flottere står tulipanerne i foråret og de tidlige sommermåneder.

Sørg for god, luftig jord

Jorden skal være sandet og luftig, når du lægger tulipanløg i altankasser og krukker. I en altankasse eller krukke kan du bruge almindeligt pottemuld, hvor du blander lidt sand i. Du kan også bruge pottemuld og Leca nødder. Det vigtigste er, at regn naturligt kan komme væk fra jorden, når der er kommet en ordentlig skylle i efteråret eller hen over vinteren. Tulipaner er fra naturens side nøjsomme planter, der ikke har brug for fed jord eller meget vanding i løbet af vinteren, snarere tværtimod. Den sandede jord er samtidig med til at sikre, at jorden drænes, så løgene ikke rådner i løbet af de fugtige måneder.

Plant tulipanerne cirka 10 centimeter under jorden

Når du skal lægge løg i jorden, så sørg for, at du kommer tulipanløget så langt ned, at det er dækket af lige så mange centimeter jord, som løget selv er højt.

»Husk, at der godt kan være mere end en slags blomster i din altankasse. Du kan plante andre løg i kassen, så du har blomster i flere måneder. Din

	<p>sæson kan starte med vintergækker og krokus, så kan påskeliljerne og pinseliljerne blomstre, og til sidst kan du nyde en masse flotte tulipaner.«</p> <p><i>Læst i Samvirke af Bjarne Dueholm</i></p>
<p>”ud i det blå”</p> <p>Interesse undersøgelse</p>	<h2 style="text-align: center; color: red;">Kunstinteresseret?</h2> <p>Vil du med på en dagstur med besøg på 2- 4 gallerier i Middelfart.</p> <p>Vi starter midt formiddag fra Nordbo Huset og kører direkte til det første galleri. Efter rundvisning finder vi et sted til en let frokost. Eftermiddagen går med besøg på et eller to andre gallerier. Der skulle også gerne findes en lejlighed til en kop eftermiddagskaffe med kage.</p> <p>Jeg forventer at dagen slutter ved Nordbo Huset omkring kl. 17</p> <p>Pris for transport, frokost, eftermiddagskaffe, forventes at koste omkring 250 – 300 kr. pr. person.</p> <p>Hvis et sådant arrangement kan have din interesse, vil jeg bede dig sende en tilmelding til kasserer@nordbosenior.dk, og hvis vi kan blive nok deltagere vil jeg arrangere turen, med dato, tid og sted.</p> <p><i>Tovholder Bjarne Dueholm</i></p>
<p>Nyttig viden!</p>	<p>Vigtige telefonnumre: Alarmcentralen 112 Politiet 114 Lægevagten 70 11 07 07 Danske Seniorer 35 37 24 22 Formand for Nordbo Senior 20 84 71 39 Tovholder Margit Jørgensen 25 34 76 72 Tovholder Birthe Hansen 61 68 80 17 Tovholder Bent Iversen 23 80 83 05 Tovholder Bjarne Dueholm 22 60 81 00 Tovholder Benny Lauridsen 51 32 61 25</p>

	Tovholder Henry Brock Sørensen 40 75 42 08 Tovholder Gertrud Nielsen 28 88 06 42
Tidligere ugebrev	Du kan finde alle tidligere ugebrev på vores hjemmeside nordbo-senior.dk eller KLIK HER <i>Skrevet af Bjarne Dueholm</i>
Obs!	Du kan finde mere om NORDBO SENIOR på vores hjemmeside nordbo-senior.dk <i>Skrevet af Bjarne Dueholm</i>
VIGTIG! VIGTIG!	Hvis du ikke ønsker at modtage nyhedsbrev fra Nordbo Senior kan du framelde dig ved at give besked på mail til bjarnedueholm@gmail.com

Efterårsklar, hvad med dig!



Mvh Nordbo Huset