






# Ugebrev



## Uge 7 – 2021

<u>Titel</u>	<u>Meddelelse</u>
Formanden har ordet! 	Der er lyspunkter i den kolde tid. Solen er her og sammen med sneen giver det en meget lysere dag. Jeg kan undre mig over de store temperaturforskelle. I morges, da jeg kørte i hundeskoven, var den minus 11 grader, da jeg kørte hjem minus 9 grader og senere i dag skal den komme helt op på minus 1 grad. <b>Naturen er forunderlig.</b> Fredericia Musicalteater har fået tilsagn om tilskud fra staten, så de igen kan sætte store musicals op. Jeg glæder mig til at vi igen kan komme i teateret og se disse forestillinger.
!	 <p><b>- Dagen i dag, giver fremtiden en dag mindre. Så husk at få det bedste ud af dagen.</b></p> 
Tovholder har ordet!	<b>"Spis Sammen" – "hver for sig" - den 24. februar.</b> I ugebrevet for uge 6 havde jeg lavet menuens navn til en lille gåde.



Den lille spøg er rigtig godt modtaget af alle tilmeldte. Alle har gættet med og gættet rigtigt.

**Menuen er:**

*Hovedret:*

Benløse fugle, gulerod, kartofler og brun sovs.

*Dessert:*

Frugtsalat med råcreme.

Der er stadig et par portioner mad tilbage at bestille, hvis nogen har fået lyst til at være med, nu hvor menuen er kendt.

Tilmelding på mail [birhansen@live.dk](mailto:birhansen@live.dk) eller sms/tlf. på 6168 8017, senest fredag den 19. februar.

Betaling på mobile pay 6168 8017 eller i min postkasse på Bissensvej 3.

Ønsker alle en god vinterferie i uge 7, og en hyggelig aften onsdag den 24. februar i ugen efter.

Hilsen Birthe



ADVARSEL!

# GØR DET ALDRIG!

Et medlem har, i forbindelse med invitation til corona vaccinen, fået en opfordring til at scanne sit NemID kort, og sende det til en afsender af en mail.

Dette er en **FALSK OG KRIMINEL** mail, og vores medlem sendte det selvfølgelig **IKKE**.

Absolut **ingen**, andre end dig selv skal kende dit NemID kort, og slet ikke have en kopi af det.

Hvis du skal have hjælp af andre til at bruge dit NemID, kan du give det ene 6 cifrede nummer der hører til koden, og det giver du kun til



personer du har uendelig tillid til.

## ***Modtaget fra Aase Lauridsen***

"ud i det *blå*"



Lidt humor!

Det var snestorm og blondinen kørte vild.

Hun gik ikke i panik, for hun huskede sin fars ord:  
"Bliver du udsat for en snestorm, så vent til der kommer en sneplov og følg så efter den".  
Ganske snart kom sneploven og hun fulgte den.

Da der var gået en halv times tid, standsede sneploven og chaufføren kom hen til hende og bankede på ruden.

Da blondinen åbnede vinduet, sagde chaufføren: "Nu er jeg færdig med snerydningen her hos Bilka, vil du med over til Aldi"?



"os der sparker  
dæk"  
Thø thø thø



Jysk tapas med 3 slags pesto,  
2 slags grønt



## *Menu i mandeklubben?*

Ugens  
aktiviteter i  
Nordbo Senior

# **AFLYST!**

**Torsdag, den 17. februar kl. 10  
- travetur**



Medlemmerne  
har ordet!

## **Søndag formiddag på Bissensvej 3.**

Selvom jeg søndag morgen får leveret 2 aviser i min postkasse, så bliver klokken ikke ret meget mere end 9.30, før jeg begynder at tjekke min mail om ugebrevet fra Nordbo Senior er kommet.

Ærligt må jeg indrømme, at begynder med at læse det der handler om Nordbo Senior, det er jo vores base.

Dernæst begynder jeg fra en ende af, og det er ikke altid jeg når at læse det hele om søndagen. Men det gør jo ikke noget at have lidt til gode til mandag, hvor avisen som regel er tynd :)

Men nu til det jeg gerne vil sige med dette lille skriv: 1000 tak til Bjarne for hver uge at lave dette flotte ugebrev til os i Nordbo Senior. Du laver opsøgende arbejde i diverse medier, du finder relevante informationer til

seniorer, og endelig samler du tøj-hø vitser og andre indlæg der kan få os til at trække på smilebåndet.

Det er rart i en tid der er svær for os alle. Vi savner fællesskabet i Nordbo Senior og de mange glade timer vi plejer at have i vores dejlige Nordbo Huset. Ugebrevet hjælper os med at huske, at vi har noget der hedder **Nordbo Senior.**

*Med venlig hilsen*  
*Birthe Hansen*  
*Bissensvej 3*



Medlemmerne har ordet!

**tjekdet**

## **Kan man blive straffet for at nægte at lade sig vaccinere mod Covid-19?**

TJEKDET er et medie, der er uafhængig af politiske og økonomiske interesser. Indtil juli 2020 var TJEKDET ejet af [Mandag Morgen ApS](#). Siden er mediet ejet af den uafhængige non-profit organisation [Foreningen TJEKDET](#) - National portal for bekæmpelse af fake news.

Foreningens formål er at etablere og drive en national portal til bekæmpelse af misinformation, disinformation og fake news i det danske medie- og informationsmiljø.

Foreningens medlemmerne består af stifterne, der alle på en eller anden måde er tilknyttet mediebranchen. Som medlemmer af foreningen kan bestyrelsen i øvrigt optage medlemmer med hvem foreningen indgår aftaler om samarbejde og om udnyttelse af indhold med henblik på opfyldelse af foreningens formål.

Formand for foreningen er chefredaktør Lisbeth Knudsen, der nok er mest kendt for sin deltagelse i forskellige debatprogrammer i TV.

TJEKDET har en fast medarbejderstab, men benytter også ekstern viden. Den væsentligste del af økonomien stammer fra forskellige fonde, som ikke må påvirke foreningens arbejde.

**Alle har gratis adgang til portalen, der findes på [tjekdet.dk](http://tjekdet.dk).**

Selvfølgelig giver Covid-19-pandemien anledning til langt de fleste undersøgelser TJEKDET har foretaget. Fx sendte en lokal tv station i USA et indslag med en sygeplejerske, der blev vaccineret. Pludselig

besvimele hun, og indslaget gik verden rundt med oplysning om, at hun var død. Alle benægtelser på de offentlige medier er blevet afvist, selv en video, hvor hun træder frem og fortæller at hun lever og har det godt, men at hun lider af en sygdom, der medfører at hun af og til besvimer.

TJEKDET har også faktisk tjekket andet end pandemien. Fx har man faktisk tjekket Donald Trumps falske eller misvisende påstande, og opgjort dem til 30.573. Nogle af dem er gentagelser, men i forskellige sammenhænge – alligevel, det er i gennemsnit knap 1 usandhed i timen, hvis vi forestiller os, at han har snakket døgnet rundt inklusive lørdage og søn- og helligdage i hele sin embedsperiode.

Til slut for at svare på spørgsmålet i overskriften: Kan man blive straffet for at nægte at lade sig vaccinere mod Covid-19?

TJEKDET har undersøgt spørgsmålet, og oplyser, at der er fremsat et forslag til en ny epidemilov, og ifølge forslaget er svaret rent juridisk ja, men i praksis vil det næppe føre til strafudmålinger under den nuværende pandemi. Covid-19 befinder sig ikke inden for lovens rammer, og vil ifølge eksperter heller ikke ende der.

Definitionen på de sygdomme, lovforslaget omhandler, er ikke specificeret, men angiver alene rammerne for de risici for smitte mm, som loven skal dække. Sundhedsstyrelsen kan herefter beslutte, hvilke sygdomme loven skal gælde for, dog højst for en periode af 6 måneder ad gangen. Perioden kan forlænges.

TJEKDET opfordrer læserne til at indsende tips om forhold, der bør undersøges

til [tip@tjekdet.dk](mailto:tip@tjekdet.dk), men betinger sig, at foreningen inden man fortager sig videre, først undersøger bl.a. om sagen opfylder foreningens etiske regler.

*Skrevet af Henry Brock Sørensen*

SENIOR BLADET  
1 - 2021



## **SENIOR BLADET NR. 1 - 2021**

Så er den første 2021 udgave af SENIORBLADET på vej til din postkasse. I løbet af ugen kommer Bendt Leegaard forbi med det nyeste nummer af SENIORBLADET til dig og din postkasse.

Denne gang er bladet igen fyldt med interessant læsestof, og nyttig viden for alle seniorer i Danmark.

	<p>Hvis du har betalt dit kontingent for år 2021, og endnu ikke modtaget dit nye medlemskort, skulle det også gerne følge med som indlæg i bladet.</p> <p>Oplysningshæftet "den lille gule" vil du også modtage sammen med SENIORBLADET.</p> <p>Skulle du, mod forventning ikke modtage alt dette, kan du rette henvendelse til</p> <p><b><i>Tovholder Bjarne Dueholm</i></b></p>
<p>Bevingede ord!</p>	<p><b><i>Det eneste sikre våben mod dårlige idéer er bedre idéer.</i></b></p> <p>-----</p> <p><b><i>Er glasset halvt fyldt eller halvt tomt?</i></b>  <b><i>Det kommer vel an på om man er ved at drikke eller skænke op!</i></b></p> <p>-----</p> <p><b><i>Hvad er det bedste vi har lært af 2020?</i></b>  <b><i>At se fremad!</i></b></p> <p>-----</p> <p><b><i>Hvis det er 0 grader i dag, og det bliver dobbelt så koldt i morgen, hvor koldt bliver det så?</i></b></p>
<p>Læst i jobansøgninger</p>	<p>Jeg er 37 år og har 3 børn, da jeg har været ansat i staten.</p> <p>-----</p> <p>Jeg er 27 år og har 4 børn. Er frisk villig pige som kan bekræftes af mange.</p> <p>-----</p> <p>Da jeg er i uopsagt stilling, beder jeg om at de ikke kontakter mig.</p> <p>-----</p> <p>I de tidligere ansættelser har jeg blandt andet beskæftiget mig med forskelligt arbejde.</p> <p>-----</p> <p><b><i>Modtaget fra Flemming Brandt Olsen</i></b></p>
<p>Økonomi 2021</p>	<div data-bbox="399 1724 877 2004" data-label="Image"> </div> <p>Selv om aktiviteterne er meget begrænsede i denne tid skal vi se fremad.</p> <p>Der melder sig så behov for at alle medlemmer indbetaler</p>

	<p>kontingent for foreningsåret 2021, kr. 200 til</p> <p style="text-align: center;"><b>reg.nr. 5352 kontonr. 0323703.</b></p> <p>Husk at angive dit navn og adresse når du indbetaler på banken.</p> <p><b><i>Evt. spørgsmål rettes til kasserer Bjarne Dueholm</i></b></p>
<p>Ændring af dansk lov!</p>	<p><b>Nu er de forbudt:</b></p> <p><b>Frit lejde for at aflevere din peberspray</b></p> <p><i>Fra 1. februar er det forbudt for private at have en peberspray. Den skal afleveres til politiet</i></p> <p>Har du en peberspray, skal du aflevere den til politiet i løbet af de næste to måneder.</p> <p>Siden 1. januar 2019 har man lovligt kunne købe en peberspray til selvforsvar i eget hjem. Det har mange almindelige danskere gjort, men nu rulles ordningen tilbage, og du skal i de næste to måneder aflevere dine pebersprays til politiet.</p> <p>Et flertal i Folketinget har nemlig besluttet, at pebersprayordningen ikke har haft ikke den forventede effekt.</p> <p><b>Bruges af politi og militær</b></p> <p>Politiet har siden 1. januar 2008 haft peberspray som en fast del af deres udrustning,</p> <p>Ifølge politiets retningslinjer må peberspray kun anvendes, hvis der er overhængende fare for angreb på en person eller på væsentlige institutioner, virksomheder eller anlæg, eller for at gennemføre en tjenestehandling, og politimanden skønner, at det er nødvendigt, forsvarligt og andre magtmidler end peberspray skønnes utilstrækkelige. Ofret skal desuden advares så vidt muligt.</p> <p>Peberspray er ligeledes implementeret som magtmiddel i kriminalforsorgen samt visse dele af forsvaret.</p>



Fra 1. februar 2021 trådte en ændring af våbenlovgivningens bestemmelser om peberspray i kraft. Ændringen betyder, at private skal have politiets tilladelse til at købe og have en peberspray.

Fra 1. februar er det derfor igen ulovligt at **købe, besidde, bære og anvende** peberspray i eget hjem og på offentligt tilgængelige steder uden særlig tilladelse.

## Overgangsordning

Lige nu er der en overgangsperiode på to måneder, hvor du lovligt kan aflevere din pebersprays hos politiet.

Derfor vil det også være lovligt at transportere peberspray, når du skal aflevere den til politiet, men kun i perioden 1. februar – 31. marts 2021. Transporten skal ske direkte fra dit hjem til nærmeste afleveringssted, og du må ikke gøre andre ærinder under transporten.

Hvis du er alvorligt syg eller af andre særlige årsager ikke kan få indleveret din peberspray, kan du dog aflevere den til politiet efter 31. marts. Men inden bør du undersøge, om du kan få andre til at aflevere den for dig i overgangsperioden.

## Særlige regler for udsatte personer

Fra 1. april 2021 er det derfor kun udsatte personer med særligt behov, der kan få tilladelse til at have en peberspray.

Særligt udsatte personer, der allerede har en tilladelse til peberspray fra politiet, skal ikke ansøge om en ny tilladelse, fordi der er kommet nye regler om peberspray – deres tilladelse gælder indtil den udløber.

## Har du en peberspray?



Holder du  
bordskik?

## ***Man skal aldrig!***

betjene de særlig indbudte  
herrer, førend damerne er  
betjente, også de, der står  
huset nær eller opholder sig  
der.



Kroppens lyde!

## ***Hvorfor nyser man?***

Et nys er en refleks, som  
opstår, når dine slimhinder  
bliver irriterede af alt lige fra  
støv, pollen, luftforurening  
til virus og bakterier.

Følecellerne i slimhinderne  
sender et signal til hjernen  
om at starte et nys – eller  
som oftest en række nys,  
som via den kraftige luftstrøm fjerner irriterationen.

Det er ikke farligt at holde et nys tilbage. I hvert fald ikke, hvis du er helt  
almindelig rask. Til trods for myten om, at du nærmest kan tabe både  
øjne og mund, så er eksemplerne på folk, der er kommet til skade,  
enkeltstående, og ofte handler de om folk, som i forvejen har  
helbredsproblemer.

Hvis du gerne vil nyse, men ikke kan, så findes der en række husråd, som  
kan fremprovokere et ordentligt nys. Du kan blandt andet:

- Se op i noget skarpt lys - pas på med solen
- Plukke et næsehår med en pincet
- Kilde ganen med din tungespids

*Det er ikke farligt for raske mennesker at holde et nys tilbage.*

***Læst af Bjarne Dueholm***



Forholdsregler  
i vinterkulden!

## Ældre bliver isoleret i vintervejret

Sne, fygning, kulde og isglatte fortove holder mange ældre inden døre. Naboer og pårørende opfordres til at tjekker om alt er ok.

Når vejret går amok, holder mange ældre sig hjemme fremfor at vove sig ud i sneen og på isglatte fortove og veje.

Andre ældre kan af helbredsmæssige årsager ikke tåle kulden og bliver derfor indendørs.



*”Der kan være brug for, at der bliver handlet ind, eller at skraldespanden bliver båret ud.”*

Vintervejret kan føre til isolation, måske bliver ikke købt ind til fornødenheder og der mangler måske mad.

Og i en situation, hvor vintervejret har stået på i flere uger og fortsat bider fra sig, kan mange ældre sidde ensomme hjemme i huset eller lejligheden.

### **Bank på døren**

Naboer og pårørende opfordres til at kontakter ældre og tjekker, om alt er ok.

“Det kan påvirke mange ældre, at der ligger sne, og at det er utrygt at bevæge sig på glatte veje og fortove. Er man nabo til ældre eller er man pårørende, er vores opfordring, at man banker på døren eller tager telefonen og ringer for at høre, om alt er i orden. Der kan også være brug for, at der bliver handlet ind eller at skraldespanden bliver båret ud. Eller at der bliver ryddet sne for den ældre; i det hele taget at man lige giver en hånd,”

***Læst af Bjarne Dueholm***

## Spar på varmeregningen i vinterkulden

Spar på varmeregningen ved at følge 8 nemme spareråd. Du vil måske blive overrasket over, hvor lidt der skal til, for at opnå en bedre varmeøkonomi, uden at det behøver at give kolde stuer.



Der kan gøres meget for at spare på energien til opvarmning i hjemmet, og det behøver ikke engang at give kolde stuer og værelser.

"Det lyder måske mærkeligt, men et af de vigtigste råd er at huske udluftning i din bolig mindst 2 gange om dagen. Det sikrer, at luftfugtigheden ikke bliver for høj, og fordi fugtig luft indeholder vand, er det dyrere at varme op end tør luft. Jo flere personer, der bor i boligen, desto mere vanddamp bliver der naturligt produceret, og desto mere bør der luftes ud,"

Men der er også mange andre gode råd til at holde varmen i vinterkulden, så følg disse spareråd, så får du hurtigt en bedre varmeøkonomi.

### **1. Fungerer radiatorerne, som de skal?**

Sørg for, at radiatorerne altid fungerer, som de skal. Det gør de, når de er varme i toppen og kolde i bunden.

### **2. Sørg for en passende temperatur**

Find en passende temperatur i de forskellige rum. For hver grad du hæver temperaturen, bruger du ca. 5 % mere energi.

### **3. Tænd for alle radiatorer**

Tænd for mange radiatorer samtidig. På den måde bliver varmen behageligt fordelt. Du sparer ikke noget ved at skrue helt op for én radiator.

### **4. Undgå at dække din radiator til**

Undgå at tørre tøj på en radiator eller stille møbler for tæt på den.

Så kan radiatoren ikke komme af med varmen og skal bruge for meget energi på at varme rummet op.

### **5. Kontrollér dine termostater**

Radiatorens termostat må ikke være dækket af møbler eller gardiner - så kan den ikke føle rumtemperaturen. Kontrollér 1-2 gange årligt, om termostaterne virker: Når du skruer helt op, skal radiatoren blive varm over det hele. Når du slukker, skal den blive kold efter 1-2 timer.



### **6. Luft ud på den rigtige måde**

Luft ud 2-3 gange dagligt, så du undgår problemer med fugt og dårligt indeklima. Den bedste måde er at skabe gennemtræk i et par minutter og ikke lade vinduer stå på klem længere tid ad gangen. Husk at lukke for radiatorerne, mens du lufte ud.

### **7. Den rigtige temperatur**

Stil termostaten på 3 til 4. Når termostaten står på 3, vil du få ca. 21 grader og på 4 ca. 23 grader.

### **8. Spar på varmen med energiruder**

Sørg for vinduer slutter tæt. Vælg energiruder, når vinduer og glas skal udskiftes. Med energiruder får du mindre træk, et bedre indeklima og mindre kondensvand på indersiden af ruden.

## **Læste af Bjarne Dueholm**

Medlemmerne har ordet!



Har du mistanke om, at dit cpr-nummer og NemID er levet opsnappet af andre, bør du tjekke din NemKonto.

## Er din NemKonto blevet misbrugt?

Kriminelle har i flere tilfælde misbrugt danskeres NemKonto og omdirigeret penge til andres konto. Se her om du er udsat for svindel.

Er din NemKonto blevet overtaget af kriminelle uden at du ved det, så gør dig selv en tjeneste: Tjek din NemKonto snarest.

Lige nu flourerer flere sager med danskere, der får misbrugt deres identitet. Her omdirigerer kriminelle penge fra ofrenes NemKonto, så beløbet bliver udbetalt på en andens konto.

Det er politiet, der nu advarer om svindlen

### Sådan tjekker du din NemKonto

Sådan tjekker du din NemKonto:

- Gå ind på [NemKonto](#)
- Klik på ”videre”
- Log ind og tjek at dit kontonummer er korrekt
- Kik også på ”Se alle ændringer” for at sikre, at der ikke er foretaget ændringer, du ikke kender til.

Du skal bruge din NemID for at logge in på NemKonto.

Her blev der oplyst, at Digitaliseringsstyrelsen – der har ansvaret for NemKonto – har fået mere end 30 advarsler fra 14 forskellige steder om svindel de seneste år.

Hvor mange, der er blevet udsat for svindlen, er ukendt.

### Opsnapper dit cpr-nummer

Din NemKonto er en helt almindelig bankkonto, som offentlige myndigheder bruger, hvis de skal udbetale penge til dig.

NemKonto bruges også af banker og kreditinstitutioner, når de skal udbetale lån.

De kriminelle skaffer sig adgang til NemKonto ved at opsnappe dit cpr-nummer og NemID-kode.

Herefter ændrer gerningsmanden oplysningerne, du har på din NemKonto og omdirigerer for eksempel din pension til en anden konto.

Kriminelle kan også optage et lån og oplyse din NemKonto, og dermed dirigere pengene fra lånet videre til en anden konto.



### **Politiet: Tjek din konto**

Typisk bliver svindlen først opdaget, når offeret begynder at modtage rykkere fra kreditvirksomheder, eller når pensionen ikke går ind på kontoen.

Politiet opfordrer derfor alle, der har en mistanke om, at de har opgivet cpr-nummer og NemID til andre om at tjekke deres NemKonto.

Har du pårørende, kan du eventuelt spørge, om de har tjekket deres konto.

Hvis din konto er blevet ændret uden dit vidende eller samtykke eller du har fået optaget et lån i dit navn, bør du anmelde det til politiet.

***Læst af Bjarne Dueholm***

Nyttig viden

### ***Regler for snerydning***

Så er der igen risiko (eller chance alt efter temperament) for at vågne op til is og sne på fortovene, men hvem skal egentlig rydde sne, fjerne istapper og salte veje?



### ***Ansvaret ligger hos husejeren***

Det er smukt, når sneen falder og lægger sig som en hvid dyne over landskabet. Men den del af sneen, der falder på fortovet, skal fjernes inden for ganske kort tid, og ansvaret for at få den fjernet ligger de fleste steder hos husejeren - uanset om der er tale om privat eller offentlig vej. Samtidig skal husejeren sørge for at fjerne istapper, hvis de udgør en risiko for forbipasserende, samt salte på fortovet.

### ***Der skal ryddes eller saltes***

Som privat grundejer har du pligt til at rydde sne eller salte på fortove og gangstier, der løber langs grunden, ligesom der skal ryddes sne på gangstier, i indkørslen og havegangen samt ved indgange og trapper, ligesom også postkassen, skraldespanden og pladsen omkring skal være ryddet. Det skal sikre, at postmanden, skraldemanden og selvfølgelig andre forbipasserende ikke kommer til skade.

Husk også at være opmærksom på, om der er risiko for faldende snedynger eller istapper fra taget. Er det ikke muligt at fjerne dem, må man sørge for at spærre af, så der ikke er nogen risiko ved at passere ejendommen.

Som husejer på en privat vej er det desuden dit ansvar at rydde vejen foran din bolig - medmindre grundejerforeningen står for det. Du skal rydde ud til midten af kørebanen, mens genboen står for at rydde den anden halvdel. Sørg samtidig for at holde brandhaner, el skabe, kloakdæksler og lignende installationer fri af snebunkerne.

### ***Du skal tidligt op***



Reglerne siger, at fortove og færdselsarealer skal ryddes snarest muligt efter snefald, og at der skal træffes foranstaltninger mod glat føre ved at salte eller på anden måde sikre, at færdselsarealet ikke er glat.


Efter lovens ord skal der altså ryddes med det samme, men reglerne bliver i praksis ikke tolket helt så firkantet. Alt efter forholdene må man dog forvente, at grundejerne har ryddet og foretaget glatførebekæmpelse fra klokken 7 morgen på hverdage, mens du om søndagen kan snue helt frem til klokken 8. Hvis det bliver ved med at sne, skal snerydningen fortsætte frem til klokken 22.

### ***Overhold rydningspligten, og undgå bøder***

Hvis du som grundejer ikke overholder rydningspligten, kan du blive straffet med en bøde, ligesom du risikerer at skulle betale erstatning, hvis nogen falder og kommer til skade på dit uryddede



	<p>fortov. Så frem med sneskovlen! Det giver også varmen, og folk hilser så pænt på dig, mens du rydder sne.</p> <p><b><i>Læst af Bjarne Dueholm</i></b></p>
<p>Så husk det!</p>	 <p><b>DMI har advaret om, at alle der kører ud i det iskolde vejr bør medbringe, skovl, tæppe, sovepose, ekstra tøj, halstørklæde, hat og handsker, mad og drikke til 24 timer, ekstra batterier, advarselstrekant, reb, benzin og en førstehjælpskasse...</b></p> <p><b>Hold nu kæft jeg følte mig som en idiot i bussen i morges!!!..</b></p>
	<p><b>Vigtige telefonnumre:</b>  Alarmcentralen 112  Politiet 114  Lægevagten 70 11 07 07  Fredericia Krone Apotek, v/Føtex City, Prinsessegade 45-47, Fredericia, telefon 75923800 – mail axeltorv@apoteket.dk  vagtapotek – søndag og helligdage kl. 10-13  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 75 92 84 79  Tovholder Bjarne Dueholm 22 60 81 00  Tovholder Benny Lauridsen 51 32 61 25  Tovholder Gertrud Nielsen 28 88 06 42</p>
<p>Hjemmesiden NordboSenior.dk</p>	<p>Du kan finde alle tidligere ugebrev på vores hjemmeside nordboSenior.dk eller <a href="#">KLIK HER</a></p> <p><b><i>Skrevet af Bjarne Dueholm</i></b></p>

	<p>Du kan finde mere om NORDBO SENIOR på vores hjemmeside <b><i>nordbo senior.dk</i></b>  <b><i>Skrevet af Bjarne Dueholm</i></b></p>
	<p>Hvis du ikke ønsker at modtage nyhedsbrev fra Nordbo Senior kan du framelde dig ved at give besked på mail til  <a href="mailto:kasserer@nordbo senior.dk"><u><b><i>kasserer@nordbo senior.dk</i></b></u></a></p>



Nordbo Corona  
 Udarbejdet af Henry Brock Sørensen



**STADIG MIN. 2 UGERS**

**STILHED ENDNU!**

***Mvh Nordbohuset***