



Ugebrev



Uge 13 – 2021

<u>Titel</u>	<u>Meddelelse</u>
	<p data-bbox="389 584 858 875">Glædelig påske</p> 
<p data-bbox="108 949 347 1025">Formanden har ordet!</p> 	<p data-bbox="371 949 1410 1055"><i>Dejligt at vi igen kan ses udendørs, og at der var god tilslutning til krolf og petanque.</i></p> <p data-bbox="371 1099 1390 1205"><i>Påsken nærmer sig og det er jo ofte tidspunktet, hvor familien mødes.</i></p> <p data-bbox="371 1249 1449 1420"><i>Det er ikke sikkert det bliver som tidligere år, men glæd jer over det, der kan lykkes.</i></p>  <p data-bbox="376 1480 900 1576">God påske.</p>
<p data-bbox="108 1644 293 1675">Sommertid!</p> <p data-bbox="108 1733 312 1809">Har du huske det?</p>	<p data-bbox="376 1659 948 2047">Sommertid er en justering af tidsangivelsen i forhold til normaltid (af mange kaldet "vintertid"), som effektueres ved at stille urene en time frem i sommerhalvåret. Ikke alle lande anvender sommertid, og det er ligeledes forskelligt, hvornår på året sommertiden begynder og</p> 



ophører. Perioden for sommertid strækker sig i Danmark fra sidste søndag i marts til sidste søndag i oktober.

Det primære formål med sommertid er at sikre mennesker dagslys. I praksis betyder det, at menneskelige aktiviteter (job, skole, aftaler osv.) ligger en time tidligere, så det opleves som at der bliver senere lyst og senere mørkt. Det giver mennesker mere lys i aftentimerne og i de sene eftermiddagstimer, hvor de fleste har fri, mens der er mørkere først på dagen. Dette er særlig effektivt i sommermånederne, hvor der bliver lyst, før de fleste står op.

Formålet er bl.a. også at spare energi til belysning ved at udnytte dagslyset bedre. Om dette virker, er omdiskuteret.

Sommertid blev indført første gang i Østrig og Tyskland d. 30. april 1916 for at spare energi, der var knap på grund af krigen. En række europæiske lande, herunder Danmark, fulgte trop 21. maj samme år.

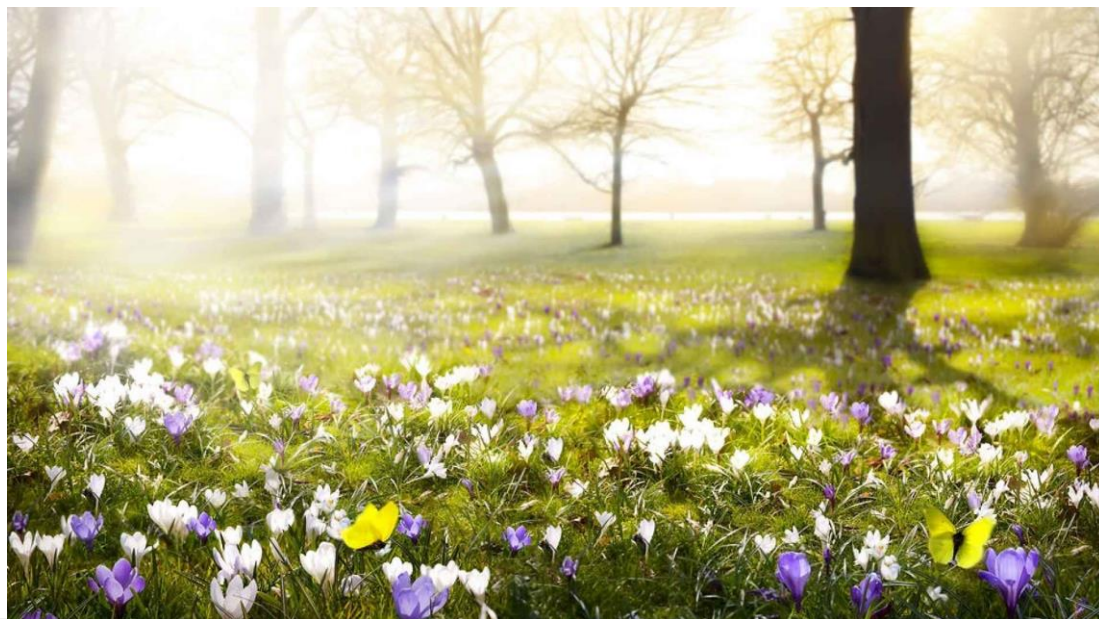
Læst af Bjarne Dueholm

Go' søndag

Don't forget to smile today! 😊



Påskens hvem-hvad-hvor



Påskedag falder altid på første søndag efter første fuldmåne efter forårsjævndøgn.

Hvad er det nu, der sker skærtorsdag, hvem er påskens hovedpersoner, og hvor foregår det? Få en guide til påskens begivenheder her

Hvornår?

Palmesøndag: Jesus rider på et æsel ind i Jerusalem og modtages som en konge med viftende palmeblade. Deraf navnet på dagen, hvor han også salves af kvinden fra Betania.

Skærtorsdag: Jesus vasker disciplenes fødder og spiser det jødiske påskemåltid med dem, indtil han ved det sidste bæger bryder af og i stedet indstifter den kristne nadver. Bagefter går han ud i Getsemane Have og beder inderligt om at måtte slippe for det, der venter. Men i nattens mulm og mørke tages han alligevel til fange af de romerske soldater. Det er ved denne lejlighed, at Peter tre gange benægter at være sammen med Jesus.

Langfredag: Pontius Pilatus dømmes sammen med folkemængden Jesus til døden. Jesus tornekrones, piskes og bærer sit tunge kors ad Via Dolorosa, smertens vej, op til Golgata (hovedskalsbjerget), hvor han korsfæstes - og ni timer senere udånder efter at have råbt: "Min Gud, min Gud, hvorfor har du forladt mig?"

Påskedag: Kvinderne går efter sabbatten ud til graven. Men stenen er væk, og en engel sidder på den plads, hvor Jesus lå. Englen fortæller, at Jesus er opstået og er gået forud til byen Galilæa, hvor han vil mødes med disciplene. Kvinderne bliver bange, og disciplene tror ikke på dem, da de fortæller det. Påskemysteriet er en realitet. Og det bliver ikke mindre af, at disciplene senere møder den genopstandne Jesus på den måde, som englen sagde det.

Læst af Bjarne Dueholm

Tovholder har ordet!

BEVAR DIG VEL



Jeg kan nu konstatere, at over halvdelen har tilkendegivet, at det er i orden at vi flytter til torsdag.

Det vil sige, når vi får lov, så bliver det hver torsdag mellem 13 og 14. Det er ikke sikkert vi må mødes alle på en gang, men så laver vi 2 hold, men alt det tager vi til den tid.

Hilsen



Birthe og Margit

Traditioner i påsken i Danmark!

Påsken i Danmark er en traditionel højtid, som hvert år samler familier og venner til påskefrokoster og andre hyggelige påskeaktiviteter.

De mest populære danske påsketraditioner er:

- Påskefrokosten

- Gækkebreve
- Påskeæg
- Påskeharen
- Haven gøres klar i påsken
- Påskeliljer og gul pynt

DEN ÅRLIGE, TRADITIONELLE PÅSKEFROKOST

Påskefrokosten er en fast tradition hos mange, som giver anledning til at mødes og spiser lækker mad i godt selskab. Der bliver ofte serveret snaps og påskebryg til påskemenuen, som kan bestå af alle retter, så længe der er rigeligt af det! Den årlige påskefrokost er for mange lige så vigtig som de festlige julefrokoster i december måned, og danskerne forbinder det i høj grad med hygge



GÆK, GÆK MED GÆKKEBREVE

Gækkebreve er en gammel påsketradition. Det er især børn og barnlige sjæle, som klipper et kreativt gækkebrev og sender det til venner og familie. Gækkebrevet skal gerne indeholde et sjovt vers, der rimer. Afsenderens navn skal stå med prikker, og kan modtageren ikke gætte, hvem det er fra, er traditionen, at modtageren skylder et påskeæg. Bliver det omvendt gættet, er det afsender, der må hoste op med et chokoladepåskeæg.

PÅSKEÆG OG PÅSKEPYNT

Ingen påske i Danmark uden påskeæg! Påskeæg findes i alle afskygninger i påsken – dem vi spiser, og dem vi pynter med. En hyggelig og kreativ påskeaktivitet er at puste æg. Tag et æg fra en høne, prik et lille hul i hver ende og pust hviden og

blommen ud, så skallen er tom. Herefter kan du pynte og dekorere ægget med maling, glimmer og små fjer.

PÅSKEHAREN KOMMER MED CHOKOLADEPÅSKEÆG

Påskeharen er en vigtig del af de danske påsketraditioner hos børnefamilierne. "Påskeharen" gemmer chokoladepåskeæg i haven, hvorefter den vilde jagt går for at finde dem. Det er en hyggelig påskeaktivitet, hvor familien kan få kvalitetstid sammen, og de mindste ser det uden tvivl som påskens højdepunkt.



VI KLARGØR HAVEN I PÅSKEFERIEN

Hvert år falder påsken forskelligt, men den ligger dog altid i marts eller april. Reglen er, at påskedag falder på den første søndag efter første fuldmåne, efter forårsjævndøgn. De helligdage som påsken altid kaster af sig, giver nogle fridage, som mange benytter til årets indledende havearbejde. Det betyder, at vi planter blomsterløg, fjerner det første ukrudt i havebedet samt sætter [havemøbler](#) frem på terrassen.

PÅSKELILJER - ET GULT SYMBOL PÅ PÅSKEN

Gule påskeliljer blomstrer op omkring påske, og de er et stærkt symbol i den danske påske. De flotte påskeliljer er også perfekte til påskefrokosten, men de kan også bruges som input til din påskepynt. I det hele taget er gul, påskens mest populære farve, hvad angår påskepynt.



God påske!

Tovholder har ordet!



”spis sammen” – hver for sig.

Ikke kun påsken, men også onsdag den 31. marts venter forude. Onsdag den 31. marts, skal jer der har tilmeldt sig ”*spis sammen*”, lytte efter dørklokken.

I tidsrummet 17.45 til 18.30 kommer Bjarne, Henning eller Marianne med jeres bestilte mad. Inden da har Margit og Jørgen hjulpet med det sidste og pakket det hele, så det er klar til afhentning.

1000 tak til alle 5 :).

Håber I vil dække pænt op, sætte jer godt til rette og nyde et godt måltid mad.

Til slut vil jeg ønske jer alle i Nordbo Senior en god påske, og forhåbentlig kommer vi også på vejr siden til at mærke at vi har skiftet til sommertid.



Påskehilsener til alle

Birthe



Holder du bordskik?

Man skal aldrig

bruge stålkniv når man spiser fisk. Der lægges helst en sølvkniv frem til det brug.



Hvad børn dog siger!

Bedstemødre har store BHer. De er så store, at jeg kan få numsen og to knæ ind i den ene skal. I den anden kan min bror sidde.

	<p>Bedstemødre har store numser, fordi de har haft så mange siddende på skødet, at underkroppen er blevet mast udad.</p> <p>-----</p> <p>Det bedste jeg kan lide ved morfar er, at han er sig selv og ikke lader som om han er et eller andet normalt menneske.</p> <p><i>Modtaget fra Flemming Brandt Olsen</i></p>
<p>Fra skades- anmeldelser</p>	<p>Bestyrerens bukser revnet grundet en kraftig vind der ødelagde butiksrude.</p> <p>-----</p> <p>Undertegnede erklærer herved at have set frk. larsens ben, og er som følge heraf uarbejdsdygtig.</p> <p>-----</p> <p><i>Modtaget fra Flemming Brandt Olsen</i></p>
<p><i>Påskens blomster</i></p>	
<p><i>På' ske! Velbekomme!</i></p>	

Medlemmerne
ar ordet!

Hej alle sammen.

Tirsdag d. 23. marts var helt fantastisk, for da begyndte vi igen at spille krolf og petanque.



Tak til dem, som havde ordnet banerne.

Vejret var perfekt efter årstiden, så det var rigtig dejligt.

Vi var 17, som deltog.
Bjarne var også ude og se til os.



Og tænk *alle* havde fået ny frisure, siden jeg sidst havde set dem.

Vi manglede selvfølgelig nogle af dem, som plejer at være med, men de dukker nok op næste gang.

Jeg synes virkelig, at der er nogle, som gør rigtig meget for at Nordbo Senior skal være et godt sted at komme.

Så lad os mødes der og få nogle gode oplevelser sammen hen over sommeren.



Derefter bliver det hele forhåbentlig igen, som det plejer at være med foredrag og sang og alle de andre gode ting.

Hilsen fra Jens Erik Christensen

Medlemmerne har ordet!



AstraZeneca

Der kommer konstant nye ord i det danske sprog. Havde nogen for et halvt år siden spurgt, hvad AstraZeneca er, ville de fleste nok have erkendt, at de ikke anede det. Nogle få "hittepåsomme" ville måske have foreslået, at det nok er et cykelhold eller sådan noget lignende.

Nu ved vi alle, at det er en vaccine kun få indtil videre vil modtage.

Skrevet af Henry Brock Sørensen.

Tovholder har ordet!



KROLF OG PETANQUE

Ved godt vi begyndte noget før med at spille end det har været annonceret, men der dukkede alligevel 17 langhårede pensionister op. Det var dejligt at se, at det arbejde Bjarne gør med ugebrevene, har en effekt. Folk læser det, der bliver skrevet.

Selv om det var lidt køligt, var der højt humør. Alle syntes det var rart, at vi kunne ses. Nu må vi så bare huske, at det er os selv, der bestemmer hvor godt det skal gå, så vi skal stadig passe på, ikke at stå for tæt og alt det andet vi har lært.

Lige en rettelse. I sidste ugebrev stod der, at Jørgen og jeg var blevet tovholder. Det er vi ikke. Der er stadig Gertrud der er tovholder, vi er hjælpere.



Mange hilsner Margit og Jørgen

"ud i det *blå*"



Det lysner i horisonten.

Vores næste planlagte tur "ud i det *blå*" kan måske gennemføres den 15. april med de forbehold der måtte gælde til den tid. Har du lyst til at være med på turen er der endnu få pladser tilbage.

Tilmelding til Bjarne Dueholm på mail kasserer@nordbosenior.dk eller SMS til 22608100 så hurtigt som muligt.

Tovholder Bjarne Dueholm



Fra
plejehjemmet

Grin – grin

Der var foredrag på plejehjemmet, og emnet var om det okkulte og sexvaner.

Et stykke inde i foredraget, spørger foredragtholderen hele forsamlingen:

Er der nogen her der har prøvet at have sex med et spøgelse?

Efter en lille tænkepause lyder det fra Oline nede fra bagerste række:

JA!!!!

NÅ da..... hvordan var det så, at have sex med et spøgelse???

Et spøgelse, A troed du sagde en spegepølse.

Påskeopskrift!

Værd at prøve!

Hjemmelavet snaps sætter for alvor et personligt præg på det store kolde bord, når du skåler for dine venner og dem, som du kender, og fortæller dem, at haps, haps, haps, du har lavet din egen snaps, med en friskt hint af agurk.

Lynhurtig og frisk snaps

Agurk i snaps giver en friskhed, som man kender det, hvis man putter agurk i vand. Det vil være en ret kraftig snaps, men den får lige et friskt hint.

Denne agurke-snaps vil få en lidt mere bitter nuance, hvis du lader den trække i længere tid.



Opskrift på snaps med agurk

Tid: ca. 8 timer

Det skal du bruge:

- 10 cm agurk
- 1 flaske klar snaps eller vodka

Sådan gør du:

Fjern kernerne fra agurken. Skær den i mindre stykker og læg skrivelene i et patentglas. Fyld op med snaps. Luk og lad snapsen trække i 8 timer. Filtrer den gennem et rent klæde eller kaffefilter. Hvis du har tid derefter, kan du med fordel lade snapsen "hvile" sig i et par timer inden servering.

Læst af Bjarne Dueholm

"os der sparker
dæk"

Thø thø thø



***HVIS DU SER ANDET END DANSERE PÅ
DETTE BILLEDE, HAR DU MÅSKE FÅET
CORONA KULLER!!***

Ugens
aktiviteter i
Nordbo Senior

***Tirsdag, den 30. marts kl. 10 – Krolf og
petanque ved Nordbo Huset***

***Onsdag, den 31. marts kl. 18 – ”spis
sammen” – hver for sig***

***Søndag, den 4. april – ugebrev for uge 14 - i
din mailboks***

Vigtig viden!

Skal du have sat lokkerne hos
frisøren, skal du nu fremvise et
Corona pas.

**Hvad er
coronapas?**

Se det her



*Nu genåbner Danmark. Du skal bruge et coronapas for at
blive klippet eller få serveret en øl. Appen ”MinSundhed” vil i
første omgang fungere som coronapas.*

Glæder du dig til at komme til frisør, drikke en kold fadøl på en bar
eller se kunst på et museum. Så er det et krav, at du har et coronapas.

Det er en del af aftalen, der de næste måneder skal genåbne
Danmark.

Regeringen og aftalepartierne bag aftalen er enige om, at et Corona
pas vil bidrage til epidemikontrollen, så store dele af erhvervene og
kulturlivet kan genåbne tidligere end ellers.

Coronapasset skal vise, om
borgeren er færdigvaccineret, har
overstået infektion eller er testet
negativ indenfor 72 timer (både
PCR- og antigen-test).



Børn under 15 år vil være undtaget for Corona pas.



Hvordan den praktiske indførelse af Corona pas aftales på de områder, passet indføres.

Fra ultimo marts vil appen ”MinSundhed” fungere som et funktionelt, men simpelt Corona pas.

Ultimo maj forventes en mere avanceret og brugervenlig app at blive lanceret. Der skal i den forbindelse tages højde for fælles europæiske standarder med videre.

Fysisk vaccinepas

Aftalepartierne er enige om, at færdig-vaccinerede borgere, der ikke anvender de digitale løsninger, skal have en let og ubureaukratisk adgang til at dokumentere deres vaccination.

Det kan for eksempel sikres ved, at vaccinationspasset tilsendes med fysisk post efter det 2. stik.

Ligeledes skal borgere, der ikke anvender de digitale løsninger, kunne anvende fysisk dokumentation for en negativ test.

Pas til rejser

I august 2021 aftaler aftalepartierne hvilke konsekvenser det skal have for coronapasset, at alle borgere der ønsker det, er færdigvaccinerede.

Aftalepartierne er således enige om en ”solnedgangsklausul” på anvendelsen af coronapasset til andre aktiviteter end turisme og rejser.

Aftalepartierne vil desuden i maj og juni 2021 drøfte erfaringerne med anvendelsen af coronapasset og tage stilling til dets fortsatte omfang og brug.



Læst af Bjarne Dueholm

Ny vaccineplan!

Se hvornår du skal stikkes

75-80 år: 1. stik i slutningen af marts og 2. stik senest 9. maj.

65-75 år: 1. stik i begyndelsen af april og 2. stik senest 16. maj.

60-64 år (fødselsårgang 1957-1961): 1. stik i anden uge af april og andet stik senest 23. maj.

55-59 år (fødselsårgang 1962-1966): 1. stik i midten af april og 2. stik senest 30. maj.

50-54 år (fødselsårgang 1967-1971): 1. stik i sidste uge af april og 2. stik senest 6. juni.

16-19 år og 45-49 år: 1. stik i anden uge af maj og 2. stik senest 27. juni.

20-24 år og 40-44 år: 1. stik i tredje uge af maj og 2. senest 11. juli.

25-29 år og 35-39 år: 1. stik i begyndelsen af juni og 2. stik senest 25. juli.

30-34 år: 1. stik i midten af juni og andet stik senest 25. juli.

Opdateret af sundhedsstyrelsen 17. marts 2021

Nye tider!

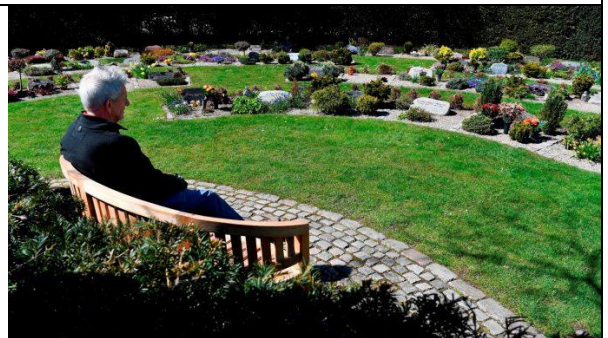
Danskerne vælger i dag en personlig natursten, når deres kære dør.

Nye tider på kirkegården: En gravsten er for de levende

Danskernes forhold til gravsten har forandret sig 180 grader i løbet af de seneste 25 år.

Hvor den afdøde før i tiden selv bestemte, at der skulle sættes et højglanspoleret familie-monument på gravstedet, er det i dag de efterladte, der vælger, og de vælger både mindre og mere personlige natursten, når de skal mindes deres kære.

”Både gravstenens udseende og tanken bag en gravsten, har ændret sig fuldstændig i løbet af blot en generation,”



Hvor det før i tiden var den afdøde, der selv valgte gravstenen – ofte en stor blankpoleret og imponerende sten – så er det i dag de efterladte, der vælger stenen, og de vælger som regel en mindre natursten, som de føler indrammer mindet om deres kære meget bedre. Ofte er valget af gravstenen, en slags “værktøj”, der sætter sorgbearbejdningen i gang.

Mange ældre, der frabeder sig både gravsted og gravsten og vælger ”De ukendtes grav”, gør det iblandt af misforstået beskedenhed. For det er ofte det diametralt modsatte de efterladte har brug for.

Familien føler sig forpligtet til at følge den afdødes ønske, men ønsker ofte selv et gravsted og en sten, hvor de kan komme og bearbejde deres sorg, mindes og ikke mindst skabe en familie-historie for deres egne børn og børnebørn.

Derfor bør det være de efterladte, der skal beslutte hvilken sten og udsmykning, der skal sættes på gravstedet. Gravstenen er for de levendes skyld. Ikke for de afdøde.

Det forholder sig på samme måde med efterskriften på stenen. Før i tiden fik de fleste skrevet ”Hvil i fred” på stenen. I dag står der ”Elsker og savnet”. Budskabet er simpelthen vendt 180 grader. I stedet for at sende et budskab til den afdøde, så er det de efterladte og deres følelser, der er i centrum i dag.

Personlige gravsten

”Vi er blevet meget dygtige til at aflæse ikoner i dag, og derfor er titler som bager- og murermester afløst af ikoner med en kringle og en murerske. På den måde bliver vores gravstene meget mere personlige end før i tiden. Et mønster eller billede, som har været vigtig for den afdøde eller de efterladte, f.eks. en tatovering, jævnlig bliver afbildet på stenen.



Ritualet med et porcelænsbillede på gravstenen var før i tiden noget, som var udbredt blandt nydanske familier. Men i dag er det også en udsmykning, som har bredt sig til etniske danske familier.

De mindre og mere personlige natursten som de fleste vælger i dag, koster også langt mindre end fortidens store monumentale sten.



Danskerne bruger færre penge på gravsten i dag. Det skyldes jo, at de mindre natursten er billigere, men også fordi en gravsten "lever" kortere tid i dag. Ved en begravelse er der en fredningstid på 25-30 år, men en urne forgår på cirka 10. Det smitter jo af hvor længe pårørende ønsker gravstedet skal bestå.

Læst af Bjarne Dueholm

Og vinderen er !!!

Først får du løsningen af sudokuen

4	9	1	8	6	7	3	2	5
6	7	3	2	5	1	8	4	9
2	8	5	4	3	9	6	7	1
1	3	6	5	7	4	2	9	8
8	4	9	6	2	3	5	1	7
7	5	2	1	9	8	4	6	3
5	1	4	9	8	6	7	3	2
3	6	8	7	1	2	9	5	4
9	2	7	3	4	5	1	8	6

Og løsninger er 46

(Summen af tallene i de gule felter)

Og vinderen af et dejligt påskeæg er:

Torkild Mortensen





Ferskenvænget 4

5500 Middelfart

Torkild får påskeægget leveret direkte til adressen inden påske.

Tak til alle 4 der deltog i konkurrencen.



	<p>Hvis du har en oplevelse, informationer eller andet, du vil dele med alle de andre medlemmer af NORDBO SENIOR, kan du sende det til kasserer@nordbosenior.dk, så kan det komme med i det næste ugebrev.</p> <p><i>Tovholder Bjarne Dueholm</i></p>
	<p><i>Vigtige telefonnumre:</i> 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 KLIK HER</p> <p><i>Skrevet af Bjarne Dueholm</i></p>
	<p>Du kan finde mere om NORDBO SENIOR på vores hjemmeside nordbosenior.dk</p> <p><i>Skrevet af Bjarne Dueholm</i></p>
	<p>Hvis du ikke ønsker at modtage nyhedsbrev fra Nordbo Senior kan du framelde dig ved at give besked på mail til</p> <p><u>kasserer@nordbosenior.dk</u></p>



Nordbo Corona
Udarbejdet af Henry Brock Sørensen



**JEG ØNSKER ALLE EN GOD
PÅSKE!**

Mvh Nordbohuset