




Ugebrev

Uge 19 – 2021



<u>Titel</u>	<u>Meddelelse</u>
<p>Formanden har ordet!</p> 	<p>Så fik vi også gang i "Spark dæk",</p>   <p>MÆNDS MØDESTEDER</p> <p>og ha' det bedre i denne uge.</p> <p>I næste uge kommer der også gang i håndarbejde. Dejligt at vi igen kan mødes indendørs og vi håber det holder ved.</p>
<p>Til dig fra mig!</p>	 <p>God søndag!</p>

Tovholder har ordet!

Spis Sammen den 26. maj i Nordbo Huset.

Som skrevet andet sted i ugebrevet, så må nu endelig spise i fællesskab i Nordbo Huset. **Det er nu det bedste :)**



Menuen vil være:

Hovedret:

Stegt kyllingeoverlår, blomkål, agurkesalat, brun sovs og kartofler



Uhm – Uhm – Uhm

og derefter

Dessert:

Rabarberkage

Åh, Åh, Åh – det er godt



Pris: 50 kr. pr person, inkl. et glas vin, øl eller sodavand.

Tilmelding på mail birhansen@live.dk eller på sms/tlf. 6168 8017 senest mandag, den 24. maj.

Betaling på mobilepay 6168 8017. For dem der ikke har mobilepay, kan der betales på dagen.

Tilmelding og betaling vil fremover ske på denne måde.

Tilmelding sker efter ”først til mølle-princippet”. Er der flere end 40 tilmeldte, vil dem der ikke får plads denne gang, have fortrinsret til næste Spis Sammen.

Til denne Spis Sammen har jeg personligt henvendt mig og bedt om hjælpere til salen og i køkkenet, og som altid mødt stor velvilje til at hjælpe. Fremover vil der blive sat hjælperseddel op i Nordbo Huset, og jeg håber det vil være muligt at udfylde denne.

Med håbet om en dejlig aften de bedste hilsener fra

Birthe



Regler for
”Spis Sammen”

Retningslinjer for ”spis sammen” den 26. maj.

Kære alle Nordbo Senior folk.

Hvis de nuværende retningslinjer holder, så må vi mødes op til 50 personer inden dørene fra den 21. maj. Det betyder, at vi kan holde Spis Sammen i Nordbo Huset den 26. maj. Da vi skal overholde afstands- og kvadratmeter krav må vi kun være **40 personer** i salen i Nordbo Huset. Følgende retningslinjer **SKAL** overholdes, dels for at overholde myndighedernes anbefalinger, men ikke mindst for at alle kan føle sig trygge og godt tilpas ved at deltage.

- 1. Coronapas eller gyldig negativ kviktest skal fremvises.**
- 2. Der skal bæres mundbind indtil man sidder på sin plads, og hvis man er nødt til at rejse sig fra sin plads.**
- 3. Hænder skal sprittes af.**
- 4. Døren til salen åbnes klokken 17. Hvis der er kø, så vent udenfor eller i bilen.**
- 5. Drikkevarer serveres når alle er kommet på plads.**
- 6. Maden anrettes på tallerkener og serveres. Der bliver budt anden gang ved at alle bliver spurgt om man ønsker mere.**
- 7. Vi må ikke synge, da det vil kræve yderligere afstand.**
- 8. Når vi er færdige med at spise, går en række (2 borde a 4**

personer) ud, finder sit overtøj og forlader huset.

9. Hjælperne rydder stole og borde væk. Ved godt mange gerne vil give en hånd, men det må vi vente med :)

Med dette håber jeg vi får en hyggelig aften den 26. maj.

Menu og tilmelding andet sted i ugebrevet.

***Glade madhilsener fra
Birthe***



Nyhed!
"spillebullen"



Mandage i lige uger kl. 10 tager vi brætspil, terninger, kort og lignende frem for at dyste med hinanden i de forskellige discipliner. Første gang mandag den 17.05.2021 i Nordbo Huset.

Den første dag vil gå med at finde ud af hvilke spil der er interesse for, også finde ud af interessen for at deltage.



Derfor indleder vi mødet med en kop formiddagskaffe og et rundstykke/basse.

På grund af forplejningen beder vi om tilmelding til tovholderne

Margit på telefon 25 34 76 72 eller mail anesonnesvej@gmail.com

Bjarne på telefon 22 60 81 00 eller mail kasserer@nordboenior.dk

Så er det på plads!

**En mand kom ind på en bar, og så en dværg ved et bord, han gik så hen til dværgen og spurgte "Spiller du kort?"
Hvor dværgen svare - "Nej.... jeg er bare født sådan"**



**Sæ'fø'li
!!!**

Tovholder har ordet!



STOLEGYMNASTIK

Så kom dagen, hvor vi indtog salen i "Nordbo" huset. Det var godt vi måtte være så mange inde døre, for det var både køligt og meget vådt udenfor.

Og hold da op hvor snakken gik. Det var som en flok skolebørn, der sås første gang efter ferien. Det var rigtig dejligt at høre på.

Heldigvis hørte de også efter, så de fik lavet gymnastik.

Håber at vi får lov at fortsætte, **SÅ HUSK**, pas stadig på.

Mange armbøjningshilsner



Birthe og Margit

Ikke godt!

Foredragsholderen sukkede til sin kone: - Det er én ting, at folk ser på uret, mens jeg taler. Men jeg hader, når de begynder at ryste det!

Tovholder har ordet!



Selv om vejret ikke var særlig godt, kom der 14 dejlige mennesker for at spille. At vi ikke noterede noget til krolf, gjorde ikke noget, så kunne man jo ikke se hvor dårlig man var. Personlig ville jeg godt have haft det noteret. Det er meget længe siden, jeg har spillet så godt.



Hilsen Margit

”ud i det *blå*”



Vi starter fra Nordbohuset, og kører rask til Vær kirke hvor 4 af familien Griffenfeld er stedt til hvile i tårnkapellet. Turen fortsætter til ”den genfundne bro”, videre til vandskellet hvor Gudenåen og Skjern Å har deres udspring. Turen går også til Øster Nykirke som ligger i ensom majestæt 130 m o.h. Efter en fantastisk smuk tur gennem et varierende landskab, kommer vi retur til Horsens.

Turen starter fra Nordbohuset den 17. juni kl. 9.00, forventet hjemkomst igen ca. kl. 17



tilmelding snarest muligt til tovholder Bjarne Dueholm på mail kasserer@nordboenior.dk eller sms til nr. 22 60 81 00
Pris for turen er kr. 550 pr. person og inkluderer transport og lettere forplejning, men excl. drikkevarer.

"os der sparker dæk"
Klubben for mænd!



Er du ved at være klar til at mødes?

Onsdag, den 12. maj kl. 12 starter mandeklubben "os der sparker dæk" op igen med frokostmøde i Nordbo Huset.



Program:

Kl. 12 – SOS

Kl. 13 – Hvad skal vi lave i den nye sæson

Kl. 13.30 – Lun ret "JYDEMUFFINS"

Kl. 14.30 – ordet er frit

Kl. 15.30 – Dessert

Pris kr. 75 + det løse

Bindende tilmelding til Bjarne Dueholm på mail

kasserer@nordbosenior.dk senest den 10. maj 2021

BEMÆRK!

Der er regler for fremmøde til frokosten! Hvis du føler dig syg skal du blive hjemme. Du skal have et coronapas, altså færdig vaccineret, eller en negativ coronatest der er max 72 timer gammel. Du skal tilmelde dig til tovholder.

Ret til ændringer forbeholdes.

VEL MØDT!



Ny vaccinationsplan fra sundhedsstyrelsen pr. 3. maj 2021



Ny plan for hvornår du skal stikkes

AstraZeneca er taget ud af det danske vaccinationsprogram fra 14. april. Desuden er vaccinen fra Johnson & Johnson taget ud 3. maj. Her kan du se, hvornår du kan forvente at blive vaccineret

Se hvornår du skal stikkes

75-79 år: 1. stik fra 29. marts og 2. stik senest 9. maj

65-74 år: 1. stik fra 5. april og 2. stik senest 6. juni.

60-65 år (fødselsårgang 1957-1961): 1. stik fra 26. april og 2. stik senest 27. juni

55-59 år (fødselsårgang 1962-1966): 1. stik fra 10. maj og 2. stik senest 4. juli

50-54 år (fødselsårgang 1967-1971): 1. stik fra 24. maj og 2. stik senest 11. juli

	<p>16-19 år og 45-49 år: 1. stik fra 1. juni og sidste stik senest 18. juli</p> <p>20-24 år og 40-44 år: 1. stik fra 7. juni og sidste stik senest 31. juli</p> <p>25-29 år og 35-39 år: 1. stik fra 21. juni og sidste stik senest 22. august</p> <p>30-34 år: 1. stik fra 5. juli og sidste stik senest 22. august</p> <p><u>Kilde:</u> <u>Sundhedsstyrelsens vaccinationskalender 3. maj 2021</u></p>
<p>Unyttig viden</p>	<p>Blandt mænd er Peter det fornavn, flest har som første fornavn. En opgørelse i år 2021 har vist at det drejer sig om 47.665 personer.</p> <p>På de følgende pladser i top-5 finder du Michael, Jens, Lars og Thomas, I gennemsnit er folk med Peter som første fornavn 51 år.</p> <p><i>Læst af Bjarne Dueholm</i></p> <div data-bbox="842 779 1485 1218" data-label="Image"> </div>
<p>Bordskik!</p>	<p><i>Man skal aldrig!</i></p> <p>løfte sit glas i vejret, som om man ville stille det på næsen. Man skal føre glasset lodret op til læberne og så derefter hæve det langsomt opefter.</p> <div data-bbox="911 1518 1481 1823" data-label="Image"> </div>

"os der sparker
dæk"
Thø thø thø



**En pige kom glad hjem fra skole.
"Mor, Mor!!", råbte hun.
"Vi skulle tælle i skolen i dag
og de andre børn kunne kun tælle til fire
- men jeg kunne tælle til 10."
"Det var godt!" sagde moderen.
"Er det er fordi jeg er blondine?" spurgte pigen.
"Ja det er fordi du er blondine." sagde moderen.
... Næste dag kom pigen hjem fra skole.
"Mor, Mor!!" råbte hun. "I dag skulle vi sige alfabetet
- de andre børn kunne kun sige alfabetet indtil D,
men jeg kunne sige det indtil G.
Hør bare her - A, B, C, D, E, F, G!"
"Meget flot." sagde moderen.
"Er det fordi jeg er blondine, mor?"
"Ja, det er fordi du er blondine."
Næste dag kom pigen igen glad hjem fra skole.
"Mor Mor!!", råbte hun. "I dag havde vi gymnastik
og da vi var i bad havde de andre
piger flade bryster, men jeg har de her!"
Hun løftede op i blusen og afslørede
en størrelse 85C.
"Meget flot." sagde hendes lidt forlegne moder.
"Er det fordi jeg er blondine, mor?"
"Nej Amalie lille skat, det er fordi du er 29 år
og de andre i klassen kun er 6.**



<p>Ugens aktiviteter i Nordbo Senior</p>	<p>Mandag, den 10. maj kl. 9.30 – slægtsforskning Tirsdag, den 11. maj kl. 10 – krolf og petanque Tirsdag, den 11. maj kl. 13.30 – håndarbejde Onsdag, den 12. maj kl. 12 – ”os der sparker dæk” Onsdag, den 12. maj kl. 18 – cykelture</p>
<p>Kristi Himmelfartsdag</p>	<p>Torsdag, den 13. maj er det Kristi himmelfartsdag.</p> <p>Kristi himmelfartsdag (<i>Festo Ascencio</i> eller <i>Ascencio Domini</i>^[1]) er en kristen helligdag, der fejres til minde om Kristi Himmelfart 40 dage efter hans opstandelse påskedag. I Danmark og de fleste andre vestlige lande er den national helligdag.</p> <p>Kristi himmelfartsdag er altid den 6. torsdag efter Skærtorsdag, og falder derfor på forskellige datoer fra år til år.</p> <p>Mange arbejdspladser kalder fredagen efter Kristi himmelfartsdag for "en indeklemt dag" og gør den til lukkedag, hvilket betyder at de ansatte skal tage fri den dag, enten som feriedag eller afspadsring.</p> <div data-bbox="1118 562 1477 1292" data-label="Image"> </div> <p style="text-align: right;">Kristi himmelfart, maleri af Andrea Mantegna.</p> <p style="text-align: center;">Læst af Bjarne Dueholm</p>
<p>Sagt af andre!</p>	<p><i>Køb land, fordi, det laves ikke mere!</i></p> <p>-----</p> <p><i>At vente på foråret er som at vente på paradiset!</i></p> <p>-----</p> <p><i>Hvis du mener at uddannelse er kostbart – så prøv uvidenhed!</i></p> <p>-----</p>

	<p>Der findes ingen kur for en syg, som tror, at han er ved godt helbred!</p>
<p>Bogormen</p> 	<p>Læser du bøger? Eller vil du gerne i gang med det! "Bogormen" bliver et hyggehjørne af NORDBO SENIOR. Vi finder på at læse en bestemt bog eller bøger af samme forfatter, og på et fællesmøde inviterer vi denne forfatter til at komme og fortælle om de bøger vi har læst. Det giver plads til at diskutere ideen og indholdet med forfatteren. Hvis du kunne være interesseret i at deltage så giv en tilmelding til Bjarne Dueholm på mail kasserer@nordboenior.dk eller sms til nr. 22608100 hurtigst muligt. Når der kommer interesse nok, vil du høre nærmere. Motto: "Vi vil se forfatteren, fatteren, fatteren"</p> 
	<p>En forfatter er ophavspersonen til en bog, artikel, novelle, digt eller anden litteratur, samt manuskripter til film, tv-serier, radio og lignende. En kvindelig forfatter benævntes med gammeldags sprogbrug forfatterinde, men bruges sjældent i dag. Titlen 'forfatter' er ikke en beskyttet titel, og alle kan derfor kalde sig for 'forfatter'</p>
	<p>Tovholder Bjarne Dueholm</p>
<p>Som børn dog siger!</p> 	<p>At være en engel er typisk kvindearbejde. "Anna 9 år" ----- Drenge ligner ikke engle. Ikke engang når de smiler. "Cornelia 7 år" ----- I Paradis bruger de nogle grønne duske i stedet for underbukser "Therese 7 år" -----</p> <p>Indsendt af Flemming Brandt Olsen</p>
<p>Læst i skadesanmeldelser</p>	<p>Ulykken skyldes, at jeg vinkede til den mand, jeg ramte i sidste uge. ----- Min bil var lovlig parkeret, da den bakkede ind i det andet køretøj.</p>



En usynlig bil kom ud af intet, ramte min bil og forsvandt.

Modtaget fra Flemming Bandt Olsen

Du er aldrig
alene!

flytstipper dit hus med myrer, der er *Sådan slipper du af med MYRER*

De ihærdige myrer er skægge at iagttage udenfor, når de kravler rundt og



bygger tuer. Men kommer de først indenfor og får smag for at dele stue med dig, er de knap så sjove.

Her er nogle gode råd til, hvad du skal gøre for at undgå myrer.

Myrer kommer oftest på visit for at lede efter lidt lækkert til ganen. De små, sorte kræ flytter oftest ind langs soklen udenfor eller under dit trægulv, hvor de etablerer sig i et myrebo. De kommer typisk på besøg i foråret, og de kan være svære at komme af med, netop fordi de gemmer sig under gulvet og formerer sig i en fart.

Byd myrerne på kaffe

Myrer kan ikke lide kaffe. Så tag dit gamle kaffegrums og læg det der, hvor myrerne bor. Eller der, hvor de kommer ind i huset.

Fjern den mad myrerne spiser

Myrer kan lide at spise det samme som mennesker, så sørg for, at der ikke ligger madrester eller krummer på køkkenbordet, for det tiltrækker myrerne. Sørg også

for, at de ikke kan gå i skraldespanden. Skraldespanden skal have tætsluttende låg. Og sør for, at der er helt rent på gulvet, bag køleskabet og hvor der ellers kan ligge krummer.

Kogende vand brænder

Er det ikke et helt myrebo, du har med at gøre, kan du have held med at hælde kogende vand på myrerne, og der hvor myrerne bor.

Lokkedåser kan også bruges

Denne løsning fjerner ikke selve myreboet, men en lokkedåse kan bruges til at slippe af med myrer, der for eksempel vandrer hen over køkkenbordet. En lokkedåse er en dåse med myregift i, der dufter, så myrerne tiltrækkes.

Muskatnød kan måske sende dem væk

Riv noget muskatnød, der hvor du kan se myrerne bor eller kommer ind i dit hus.

Den sidste udvej er gift

Gift mod myrer må ikke bruges udendørs, da det også kan skade andre dyr. Gift er skadeligt, og du skal kun bruge gift som sidste udvej. Bland myregift med vand og honning og hæld det ned i myreboet.

Læst af Bjarne Dueholm

Læst af Bjarne Dueholm

Kloge Ord:

Mange ville nå større højde, hvis de havde mere dybde -

Hun sukkede:

Det er altså træls at vågne op fra en drøm, hvor man har tabt sig ----

Fra Golfbanen:

Der findes garanteret folk, der er dårligere til golf, end jeg er. Ja, men de spiller ikke ----

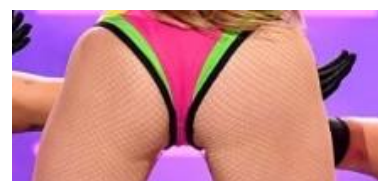
Så er der afregnet!

En mand kikker på en kvindes røv og siger:

Sikken en røv.

En kvinde kikker på en mands ansigt og siger:

Sikken en røv ---



Brokkassen!



Her er du velkommen til at komme med dit brok.

Du kan brokke dig over alt eller intet. Vi beskriver gerne dit brok i denne rubrik. Måske er der nogen der kan svare dig eller give dig en forklaring, men det er her du kan komme af med alt din brok!

Sendes til tovholder Bjarne Dueholm på mail kasserer@nordbosenior.dk eller SMS til nr. 22 60 81 00

IT i hverdagen



Du kan lære lidt mere om brugen af IT i hverdagen.

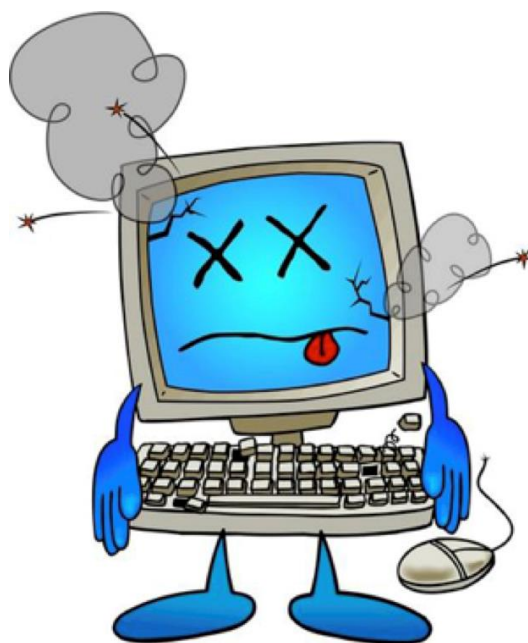
Mødet er gratis for deltagerne, men det kræver at du tilmelder dig, og at du tilkendegiver hvad du gerne vil lære lidt mere om.

”Med IT menes computer – iPad – mobiltelefon”

Hvis du har andre tekniske problemer i hverdagen, er du også velkommen med dit behov, så vil vi prøve om vi kan hjælpe dig.

Når behovene er afdækket lægges en plan for løsning af de fælles ønsker.

Tovholder er Bjarne Dueholm, som modtager dine henvendelser på telefon/SMS nr. 22 60 81 00 eller mail kasserer@nordbosenior.dk



Coronapas!

Sådan får du et coronapas

Du skal bruge coronapas, hvis du skal til frisør, på museum, sidde inde på restaurant eller heppe til en Superliga-kamp. Se her hvordan du får passet.

Der er krav om, at du skal vise coronapas, når du for eksempel er kunde hos frisøren, massøren, fødplejer og andre liberale serviceerhverv. Du skal også vise coronapas, hvis du skal på museum, biblioteket, sidde indendørs på restaurant eller se en fodboldkamp.

Her kan du få svar på nogle af de mest almindelige spørgsmål om coronapas.



Hvad er et coronapas?

Et coronapas er dokumentation for:

- At du er færdigvaccineret.
- At du har været smittet med corona (covid-19), så et positivt testresultat er mindst 14 dage og højst 6 måneder (180 dage gammel) fra tidspunktet, hvor testen blev foretaget. (tidligere var det 2 – 12 uger.)
- At du har fået en negativ test inden for de seneste 72 timer (3 døgn) – både PCR- og lyntest fungerer.

Du skal vise ID samme med dit coronapas. Det kan for eksempel være dit pas, kørekort, sundhedskort eller andet offentligt udstedt identitetskort.

Hvordan får jeg et coronapas?

I mellemtiden skal du bruge hjemmesiden www.sundhed.dk eller appen “Min sundhed”.

Hjemmeside

På hjemmesiden www.sundhed.dk kan du finde din seneste test og information om vaccine. Der kan du printe dokumentation ud, som du kan bruge som coronapas, hvis du skal til frisør eller lignende.

App

Du kan også bruge appen “MinSundhed”. Der kan du også se testresultater og vaccinationer, og appen er gyldig som coronapas.

Ny app på vej

En ny særlig coronapas-app er på vej, men den er først klar i slutningen af maj.

Kan man få et fysisk vaccinationspas, hvis man er fritaget for digital post?

Fra 9. april får vaccinerede borgere, der er fritaget for digital post, et brev med posten. I brevet er der et printet vaccinationspas.

Der er også en telefonservice, hvor du kan ringe og bestille et printet vaccinationspas, når du er færdigvaccineret: telefon 44 22 77 74

Hvor skal jeg bruge coronapas?

- Fra **6. april**. Du skal vise et gyldigt coronapas hos din frisør, massør, fodplejer og andre liberale serviceerhverv.

- Fra **21. april**. Du skal vise coronapas, hvis du vil på museum, biblioteket, se fodbold og når du skal på restaurant (husk at bestille bord).
- Fra **6. maj** er det planen, at coronapasset skal bruges som adgangskort i biografen og i teatre.

Du behøver ikke at vise coronapas, hvis du skal have en kop kaffe på en udendørscafé.

Kan man få en bøde, hvis man ikke har et coronapas?

Du kan få en bøde på 2.500 kroner, hvis du ikke overholder reglerne om coronapas. Det er samme niveau som bøden for at overtræde reglerne om mundbind eller forsamlingsforbuddet.

Brug af falsk coronapas eller en anden persons data kan straffes som dokumentfalsk eller dokumentmisbrug efter straffeloven.

Virksomheder kan få en bøde på op til 12.000 kroner, og i gentagende tilfælde, hvor virksomheden undlader at tjekke kunders coronapas og bortvise dem uden den gyldige dokumentation, kan bøden stige til 45.000 kroner for store virksomheder.

Kan jeg give andre fuldmagt til mit coronapas?

Du kan give dine pårørende fuldmagt til at se og printe dit coronapas – COVID-19 test.




Du giver fuldmagten ved at logge ind på borger.dk og give fuldmagt til Laboratoriesvar på sundhed.dk.

Det er desværre ikke muligt at give andre fuldmagt til at tilgå dit coronapas – COVID-19 vaccination.

Tre råd om coronapas fra sundhed.dk

1. Tjek kun sundhed.dk eller MinSundhed-appen, når du har brug for det.
2. Download dit pas og tag evt. et skærmbillede på din smartphone eller et print.
3. Vent evt. på, at du får en notifikation eller en SMS om, at der er svar på COVID-19 testen i MinSundhed-appen eller på sundhed.dk.

Læst af Bjarne Dueholm

	<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>Tovholder Bjarne Dueholm</p>
	<p>Vigtige telefonnumre: Alarmcentralen 112 Politiet 114 Lægevagten 70 11 07 07</p> <p>Fredericia Krone Apotek: telefon 75923800 – mail: axeltorv@apoteket.dk Udbringning privat kun kr. 25,- ring 75 92 38 00 v/Føtex City åben mandag – fredag kl. 8 – 19 Lørdag kl. 8 - 18 Vagt apotek – søndag og helligdage kl. 10-13</p> <p>Nymarksvej ved Brugsen Åben mandag – fredag kl. 9.30 – 18.00 Lørdag kl. 9 – 14</p> <p>Sundhedshuset Åben mandag – fredag kl. 8 – 16.30 Lørdag kl. 9 - 13</p> <p>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</p>
<p>Hjemmesiden Nordbosenior.dk</p>	<p>Du kan finde alle tidligere ugebrev på vores hjemmeside nordbosenior.dk eller KLIK HER</p> <p>Skrevet af Bjarne Dueholm</p>
	<p>Du kan finde mere om NORDBO SENIOR på vores hjemmeside nordbosenior.dk</p> <p>Skrevet af Bjarne Dueholm</p>



Hvis du ikke ønsker at modtage nyhedsbrev fra Nordbo Senior kan du framelde dig ved at give besked på mail til

kasserer@nordbo-senior.dk



Nordbo Corona
Udarbejdet af Henry Brock Sørensen



Jeg er optimist!

Mvh Nordbohuset