



Ugebrev

Uge 21 – 2021



<u>Titel</u>	<u>Meddelelse</u>
<p>Formanden har ordet!</p> 	<p>Dejligt med tilslutning.</p> <p>De aktiviteter, der har været afholdt i Nordbo Huset har heldigvis haft god tilslutning, på trods af de nødvendige forholdsregler, som myndighederne sætter op</p> <p>Dejligt at vi alle stadig har lyst til at ses.</p> <p>Heldigvis lempes restriktionerne løbende, det eneste svære ved det er at følge med.</p> <p>Vi gør det så godt, som vi kan.</p> 
<p>Sidste nyt om Corona restriktionerne</p>	<p>Corona: Gode nyheder fredag</p> <p>Fra fredag den 21. maj er Danmark næsten normalt igen. Coronapasset skal udfases, og bliver flere steder et "kørekort", som kun skal vises ved stikprøver.</p> <p>Læs alt det du nu må.</p> <p>Så er vi kommet endnu tættere på at få en normal hverdag i Danmark tilbage, efter stort set hele Folketinget har vedtaget den næste genåbningsfase.</p> <p>Fra fredag 21. maj vil alt i Danmark genåbne – bortset fra nattelivet som f.eks. diskotekerne. Men det bliver nok ikke seniorernes største afsavn!</p> <p>Aftalen indebærer udfasning af kravet om mundbind og coronapasset hen over sommeren, mens der er enighed om en gradvis</p>

normalisering af fysisk fremmøde på arbejdspladserne. Her har især de offentlige ansatte været hjemsendt i meget lang tid.

Kontrollen med coronapasset på biblioteker og i frivillige foreninger lempes også fra fredag, så der bliver tale om en såkaldt 'kørekortordning'. Det betyder, at det er den enkeltes ansvar at have et gyldigt coronapas, men at kontrollen med det skal udgøres af en daglig stikprøvekontrol.

Her er hovedpunkterne

- Coronapasset vil begynde at blive udfaset i juni, og der er aftalt en såkaldt 'solnedgangsklausul' for endelig afskaffelse af coronapasset. Det gælder for alt andet end rejser og turisme.
- Kravet om mundbind bliver udfaset og vil efter planen være ophævet, når alle på 16 år eller derover, der ønsker det, er færdigvaccinerede. Der fremlægges en plan for udfasningen i juni.
- Idræts-, fritids- og foreningsaktiviteter, som ikke er åbnet i forrige faser, åbner med krav om coronapas. Det gælder blandt andet musik- og kulturskoler for personer over 18 år, aftenskoler, sangaktiviteter i foreningslivet samt lokaler, der anvendes til saunaer og dampbade.
- Indendørs faciliteter i forlystelsesparker og zoologiske haver åbner med krav om coronapas. Det gælder også spillehaller, kasinoer, legelande og badelande.
- Der åbnes også for, at folk 14 dage efter de har fået første vaccinationsstik kan bruge dokumentation for dette som coronapas, altså i stedet for at skulle have en negativ test.

Hjemmearbejde udfases i tre omgange. Fra 21. maj kan 20 procent vende tilbage, mens halvdelen skal være tilbage 14. juni, når alle over 50 år ventes at have modtaget mindst et stik mod coronavirus. 1. august er det ifølge aftaleteksten planen, at 100 procent vil kunne vende tilbage til arbejdspladsen.

Der åbnes også for 100 procent fremmøde for alle elever på ungdoms- og voksenuddannelser og for studerende på videregående uddannelser.

Læst af Bjarne Dueholm

Bilhumor!



Tovholder har ordet!



VIGTIG ÆNDRING!!

Cykelturen onsdag d. 26. maj er ændret til start kl. 14:00, på grund af "Spis sammen".

Hilsen Bent



Gode Råd!



I Danmark regner det i gennemsnit hver anden dag, så sandsynligheden for, at det regner i din ferie, er stor. Du kan bruge regnvejrstimerne på hjemmespa, en god bog eller oprydning i klædeskabet. Her giver vi dig 8 tips til, hvad du kan lave i regnvejr

GÅ I KØKKENET:

Bag en lækker kage eller gør lidt ekstra ud af aftensmaden.

Spil et spil, læg en kabele eller gæt et krydsord:

Krydsord, sudoku, kabale eller puslespil er beskæftigelse til hjernen og får tiden til at hurtigere og fremmer tankevirksomhederne.

Tegn en tegning og farvelæg den:

Du bruger din kreative evne og laver noget der kan sætte fantasien igen.

Læs en god bog:

NORDBO SENIOR har en hel bogreol fuld af bøger til gratis afbenyttelse. Du kan hente bøger i datastuen når Nordbo Senior benytter Nordbo Huset indendørs. Det er en gratis aktivitet hvor medlemmerne sætte brugte bøger til rådighed for andre medlemmer.

Håndarbejde, strikke, hækle eller hvad du har lyst til:

Mens du lytter til en bog eller podcast, kan du gribe fat i hækle- eller strikkesøjlet. Du kan også tage fat i dit gamle tøj og give det nyt liv

Gøre rent og rydde op:

Regnvejr og overskyet gør at temperaturen ikke bliver så høj. Du kan benytte dig af det, til at vaske dine gulve, rengøre køleskabet, støve af i krogene eller hvad du måske har forsømt på de varme solskinsdage. Det er måske ikke det sjoveste, men det er dejligt når det er gjort.

Lav hjemmespa:

Regnvejr kalder på selvforkælelse. Skru op for hyggen med levende lys og musik og find dig godt til rette. Du kan tage et varmt bad, lægge ansigtsmaske, komme hår kur i håret, forkæle fødderne med et fodbad, smøre kroppen ind i en lækker creme eller pifte dine negle op med en manicure.

Lav hjemmetræning:

Det kan være svært at få bevæget kroppen, når regnen sætter en stopper for udendørsaktiviteter, så det gælder om at være kreativ, hvis du vil have lidt sved på panden. Heldigvis behøver hjemmetræning ikke at kræve mere end dig selv og et gulv, du kan bevæge dig på.

Læst af Bjarne Dueholm

Tovholder har ordet!



"Spillebullen er i gang"

*Terningerne er kastet til et spil "30"
Spillere Doris, Ilse, Karl og Margit
tæppebanker Bjarne.*



Kortene på bordet!

*Der spilles vest med ES-makker
4 drevne vest spillere, Grete, Birgit, Teddy
og Signe og en elev, Solvejg.*

Hvem der var dagens vinder blev ikke

indberettet med det lød til at alle var vindere, og godt for det!

Der er revance og 14 dage!

Vil du være med til et spil, et eller andet, møder du op mandage i lige uger kl.10 i Nordbo Huset.

Næste spilledag bliver mandag, den 31. maj.

Af praktiske grunde, der er kaffe på kanden til egen kop, gerne tilmelding til tovholder Margit eller Bjarne.

Skrevet af Bjarne Dueholm

"en glad aften i byen"



***Så er det nu, og du skal tage en hurtig beslutning!
Det er lykkedes at få et begrænset antal billetter på
hånden til nedenstående koncerter.***

Nu skal der være underholdning igen, vi må komme til koncert, og har billetter til følgende forestillinger:

Dato og tid	Emne	Sted	Pris kr.	Tilmelding
12.08. kl. 15	Elvis	København	800	
20.08. kl. 19	Elvis	Odense	700	
26.08. kl. 15	Tilløkke Otto	København	800	
23.09. kl. 11	Vores favoritter	København	800	
05.10. kl. 15	Last Prom	Esbjerg	700	

*Prisen inkluderer billet, transport og let forplejning.
Tilmelding til kasserer Bjarne Dueholm hurtigst muligt, og
senest den **15. juni 2021**.
Betaling til kassereren når det er sikkert at arrangementet gennemføres.*

***Du kan se mere om koncerterne i SENIOR BLADET nr. 2 – 2021
og på Danske Seniorers hjemmeside.***

Der er håb
forude!



Tovholder har
ordet!



TRAVETURE!!

Ændret rute Torsdag, den 27. maj 2021

Gåturen torsdag d. 27. maj, er planlagt til at starte fra Trelde Næs. Vi tager linje 6 kl. 8:30 fra Treldevej, og er tilbage ved Nordbo ca. kl. 14:00
HUSK: rejsekort og mundbind.



Trelde Næs

Hilsen Bent

Tovholder har ordet!



Bogreolen vil være åben hver tirsdag fra kl. 9.30 til 11.30 og igen fra kl. 13.30 til 15.30.

I løbet af et par uger, vil Marianne og jeg lige få kigget på indholdet, og få ryddet lidt op.



Boglig hilsen Margit

"ud i det *blå*"



EKSTRA – EKSTRA – EKSTRA

Sommersejltur med "NORDSTJERNEN"

Nordbo Senior, "ud i det blå", arrangerer en sejltur med



jagten "NORDSTJERNEN" den 16. juni 2021 kl. 10 med afgang fra Gammel Havn i Fredericia.

Du kan deltage i en spændende sejltur på Lillebælt med jagten "NORDSTJERNEN" fra Gl. Havn rundt på bæltet og nyde den friske luft og mulighed for at fiske efter torsk eller lignende.

Under sejlturen vil der blive serveret forfriskninger så som øl, vand, vin kaffe eller te, samt en let frokost ved frokosttid.

Under sejlladsen gælder sikkerhedsreglerne som bestemt af bestyrelsen for foreningen "NORDSTJERNEN"

For at deltage er det nødvendigt med et medlemskab af foreningen, og det er med i turprisen, kr. 350,00 pr. person som også er inkl. frokost og drikkevarer.

Tovholdere for turen er

Arne Bech tlf. 23111136 og Bjarne Dueholm tlf. 22608100

Der tages forbehold for vejrlig som afgøres af Arne Bech

Bindende tilmelding til tovholder Bjarne Dueholm på mail kasserer@nordboSenior.dk eller sms til nr. 22608100 senest den 7. juni 2021

Held i uheld!

Thø thø thø

Apotekeren: Hvad skal du have?

Fyren: Bare giv mig et kondom, jeg skal hjem til min kæreste... Nej vent bare giv mig 2 hendes søster er lidt løs på tråden... Nej bare 3 for hendes mor er.. WAUW..
Apotekeren giver ham 3...

Senere under middagen hjemme hos kæresten, kommer kærestens far hjem og fyren sætter hovedet ned i sine hænder og beder en bøn..

Så hvisker hans kæreste til ham: "Jeg vidste ikke du var så religiøs"..

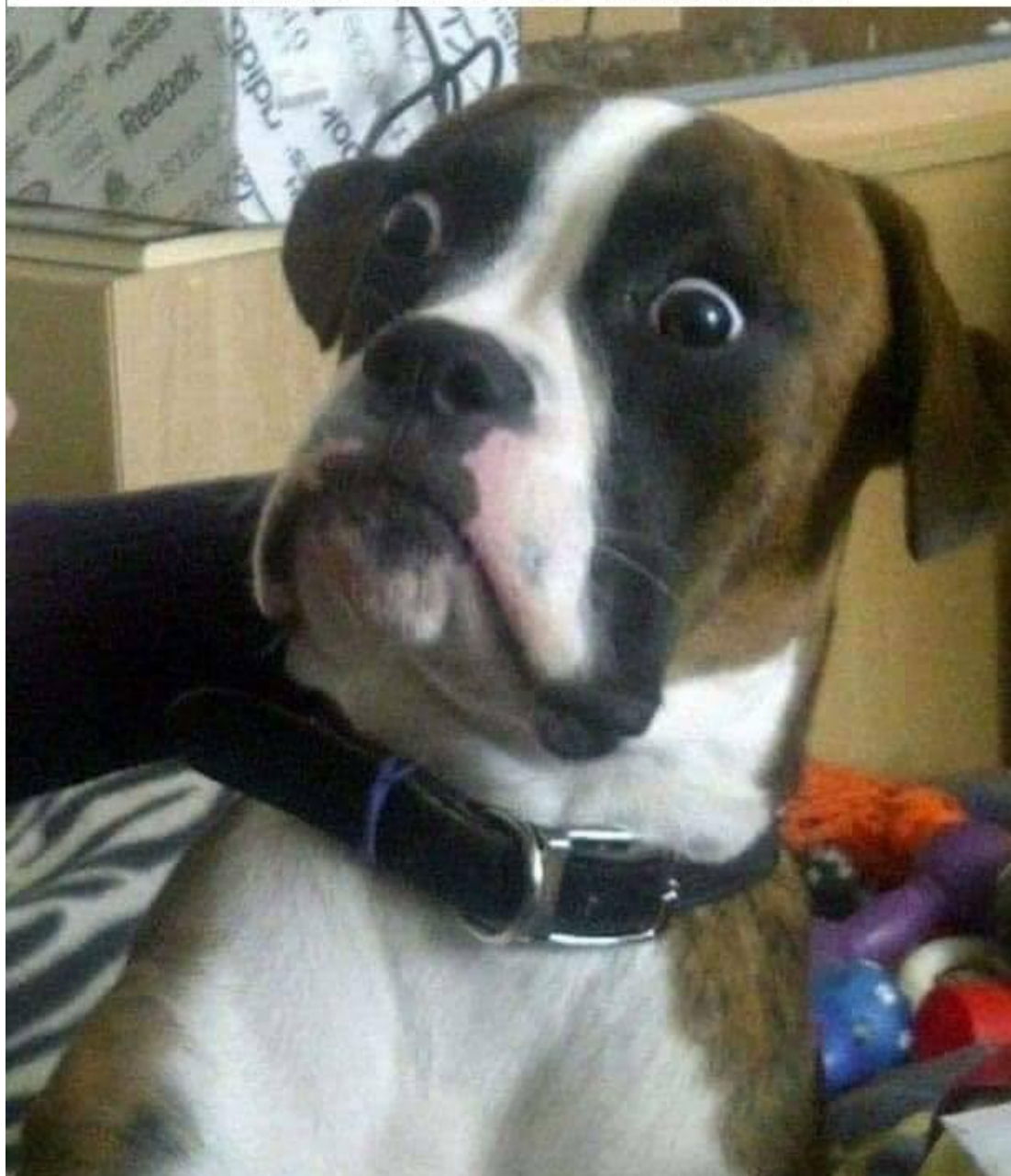
Så svarer han: " Jeg vidste heller ikke din far var apoteker

"os der sparker
dæk"
Thø thø thø



fy fy slemme
hund!

NÅR ENS MAND TAGER OPVASKEN, SELVOM MAN IKKE HAR BEDT HAM OM DET



Tovholder har
ordet!
"os der sparker
dæk"

***Frokostmøde med spil den
9. juni 2021 kl. 12 i Nordbo Huset***



Program:

Kl. 12 – SOS
Kl. 13 – terningerne ruller
Kl. 14 - lun ret
Kl. 15 – dagens vinder
Kl. 15.30 – dessert



**Pris kr. 75,00 for frokost +
drikkevarer**

Pris for spil kr. 10,00

**Bindende tilmelding til tovholder Bjarne Dueholm på mail
kasserer@nordbosenior.dk eller sms til nr. 22608100**

Senest den 7. juni 2021

Ugens
aktiviteter i
Nordbo Senior

Tirsdag, den 25. maj kl. 10 – krolf og petanque
Tirsdag, den 25. maj kl. 13.30 – generalforsamling Kreds Trekanten
Tirsdag, den 25. maj kl. 13.30 – håndarbejde
Onsdag, den 26. maj kl. 10 – bestyrelsesmøde Nordbo Senior
Onsdag, den 26. maj kl. 14 – cykelture
**Onsdag, den 26. maj kl. 17.30 – ”spis sammen” med tilmelding til
Birthe Hansen tlf. 61 68 80 17**
Torsdag, den 27. maj kl. 8.30 – traveture fra Trelde Næs til Nordbo
Torsdag, den 27. maj kl. 13 – ”bevar DIG vel”

NORDBO
HUSET

*Jeg er ked af det, men
jeg er udlejet til anden
side i uge 24 og 25 i
år pga.. Sct. Hans
arrangement for alle
beboer i Nord byen. Se
alt om dette på
Nordbo Husets
hjemmeside.*



Det betyder desværre, at alle NORDBO SENIORS indendørs aktiviteter er aflyst i disse 2 uger. Du vil kunne finde nærmere informationer i ugebrevene.

Det er ganske vidst!

Børn, når man taler til dem.



Børn, når du snakker om noget, der ikke vedkommer dem.

Kloge børn!

Jeg gik en tur med min 4-årige søn. Han tog noget op fra jorden af, og proppede det i munden. Jeg tog det naturligvis straks fra ham, og fortalte ham at han ikke skulle gøre det igen.

"Hvorfor?" spurgte min søn.

"Fordi det har været på jorden, ingen ved hvor det har været før, det er snavset og er sandsynligvis fyldt med bakterier," svarede jeg.

På dette tidspunkt kiggede min søn på mig med total beundring og spurgte

"Far, hvordan ved du alle disse ting, du er så klog."

Jeg tænkte hurtigt. "Alle fædre ved disse ting. Det er på far prøven. Du er nødt til at vide det, ellers lader de dig ikke vær far."



Vi gik i stilhed i 2 - 3 minutter, mens han åbenbart tænkte over disse nye oplysninger.

"Åh ... jeg forstår det!" strålede han pludselig. "Så hvis du ikke består prøven, så skal du være moren?"

"Præcis," svarede jeg tilbage med et stort smil på mit ansigt.

Din økonomi!

Skattefri udbetaling af efterlønsbidraget.

Et bredt flertal i Folketinget har tirsdag vedtaget, at du kan vælge at framelde dig efterlønsordningen og få dine indbetalte bidrag udbetalt kontant og skattefrit i 1. halvår af 2022. Det sker som led i udmøntningen af aftalen om Tidlig Pension.



Har du indbetalt efterlønsbidrag, og ikke tidligere valgt at få bidragene udbetalt, får du nu igen mulighed for at melde dig ud af efterlønsordningen og få dine indbetalte bidrag udbetalt kontant og skattefrit.

Muligheden for kontant og skattefri udbetaling omfatter også fleks ydelsesordningen.

Første halvår af 2022

Udbetaling kan finde sted fra 1. januar til 31. juli 2022 og gælder dig, hvis du ikke har nået den officielle efterlønsalder den 1. jan. 2022.

Det giver fleksibilitet og mulighed for, at man kan justere sine tilbagetrækningsplaner og vælge det, man synes passer bedst ind i ens liv. Det skal selvfølgelig ses i lyset af, at der indføres en ret til tidlig pension til dem, der er startet tidlig på arbejdsmarkedet og har haft et langt arbejdsliv. Mange vil opnå en økonomisk gevinst ved at få udbetalt sit efterlønsbidrag og overgå til tidlig pension fremfor at blive i efterlønsordningen.



Du får besked fra din a-kasse

Arbejdsløshedskasserne har forpligtelsen til at informere dig om muligheden for at få efterlønsbidragene udbetalt.

De nærmere regler udsendes i en vejledning, som ikke er kommet endnu. Den skal først i høring i beskæftigelsesrådet. Derfor går der nok lidt, inden du hører fra a-kassen.

Læst af Bjarne Dueholm

Begræns
madspil!

Surt at smide god mælk ud

Se, snus og smag, før du smider ud. Det er med mælk, som det er med mange andre madvarer. Ser den godt ud og både dufter og smager fint, så er der ingen fare på færde. Også selv om den har overskredet datomærkningen. For "bedst før" betyder faktisk også "ofte god efter". Kig efter mærket.



Du er ikke
alene!

Væggelus

Væggelus er en flad, blodsugende tæge på 5-7 mm. Om dagen gemmer de sig i sprækker i vægge og langs lister, og om natten kommer de frem for at spise. Her foretrækker de menneskeblod, og de finder deres ofre ved at



søge efter kropsvarme og snuse sig frem til vores ånde. Her angriber de hænder, fødder og andre utildækkede kropsdele. Mens nogle slet ikke reagerer på stikkene, reagerer de fleste med kraftig kløe, rødme og hævelse omkring stikstedet. Væggelus kommer ofte med hjem fra de varmere himmelstrøg, hvor de har gemt sig i kufferten undervejs. De er svære at komme af med, og oftest skal der en skadedyrsbekæmper til for at udrydde dem.

Sådan undgår du væggelus

Øget rejseaktivitet har betydet, at et af de mest sejlivede skadedyr er ved at bide sig fast i danskerne. Når først væggelusen er kommet ind i dit hjem, er professionel hjælp næsten uundværlig. Men det behøver ikke komme så langt.

Hvad er væggelus?

Væggelus er en tæge på typisk 5 mm i længden, der er helt flad. Farven på den reguleres alt efter, om den er sulten eller ej. De kommer ud om natten og tiltrækkes af menneskers kropsvarme. Uden forstyrrelser kan væggelusen indtage en blodmængde, der svarer til det dobbelte af dens egen vægt, med sin snabel. Mens nogle mennesker ikke generes af bid, svulmer andre op. Biddene minder om loppebid – typisk på utildækkede hudpartier.

Hvor findes de?

Den væggelus, som mennesket døjer med, er udbredt over det meste af verden, men var indtil sidst i 1960'erne sjælden i Danmark. I de senere år er væggelus blevet hyppigere, hvilket især skyldes den stigende rejseaktivitet til steder, hvor væggelus er almindelige, med risiko for at få dem med hjem i kufferten.

Store og tætbyggede metropoler som Moskva, New York og London døjer med problemet, der kan lukke luksushoteller og restauranter fra den ene dag til den anden.

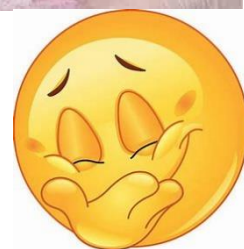
Hvordan tjekker jeg, om jeg har dem i mit hjem?

Typisk findes væggelus i soveværelset og gemmer sig i sprækker og kroge om dagen. Det mest almindelige skjulested for væggelus er i madrassen, i sprækkerne i sengerammen, bag ved møbler omkring sengen, eller hvor væggen møder gulvet. Deres ekskrementer ligner små sorte pletter på madrassen.

Hvilke forholdsregler kan jeg tage?

	<p>Invasion af væggelus bunder ofte i rejseaktivitet. Når du er i udlandet, så tjek hotelværelset for tegn på væggelus, selvom det kan være svært at få øje på dem. I løbet af dagen skjuler de sig i sprækker i tapet, panel og gulv. Hvis du har mistanke, så undgå at pakke ud, men lad i stedet alt tøj blive i kufferten. Stil den så langt væk fra sengen som muligt.</p> <p>Hvordan ved jeg, at jeg er blevet stukket? Vores kroppe reagerer forskelligt på angreb, så det er svært entydigt at definere væggelus på bid. Det er vigtigere at se på det generelle mønster, tidspunktet for biddene og andre faktorer for at fastslå, om de kommer fra væggelus. Det er ikke sandsynligt, at man vågner, når man bliver bidt af en væggelus. De kan forekomme hvor som helst på kroppen, men er ofte tæt på blodårer nær huden.</p> <p>Hvad gør jeg, hvis uheldet er ude? Ved mistanke om væggelus på hotel eller lignende bør man rense al bagage og indhold, inden man træder inden for hjemmets fire vægge. Smid alt tøj osv. i vaskemaskinen ved minimum 60 grader eller i affaldssække i fryseren. Væggelus kan leve op til et år uden blod, og derfor er det nødvendigt også at behandle kuffert og bagage med et velegnet middel til skadedyrsbekæmpelse, da de ellers risikerer at sidde klar til næste gang, du skal ud at rejse. Hvis du alligevel skulle blive udsat for et angreb i hjemmet, tilkald da professionel hjælp hos skadedyrsbekæmperen.</p> <p>Læst af Bjarne Dueholm</p>
Ved du det?	<p><i>En elefant kan ikke tage sin @!</i></p>
Spareråd!	<p>Et par, begge på 78 år, gik til en sexterapeut. Lægen spurgte, hvad kan jeg gøre for dig? Manden sagde: " Vil du se os dyrke sex?" Lægen så forvirret ud, men ok. Da parret var færdige, sagde lægen: " Der er ikke noget galt med den måde, du har sex på," og skrev en regning på \$ 50.</p>

	<p>Dette skete flere uger i træk. Parret ville lave en aftale, have sex uden problemer, betale lægen, derefter gå.</p> <p>Til sidst spurgte lægen: " Lige præcis, hvad prøver du at finde ud af?"</p> <p>" Vi prøver ikke at finde ud af noget," svarede manden.</p> <p>" Hun er gift, og vi kan ikke tage hjem til hende. Jeg er gift, og vi kan ikke tage hjem til mig.</p> <p>Feriekroen opkræver \$ 90. Hilton Hotel \$ 108. Vi gør det her for \$ 50... og jeg får \$ 43 tilbage fra Sygesikringen!</p> <p><i>Man skal spare hvor man kan!</i></p>
<p>Endnu en nyhed!</p>	<p><i>Nordbo Senior har taget initiativ til at der bliver oprettet et brugerpanel, med repræsentanter for alle seniorer i Fredericia Kommune.</i></p> <p><i>Efter Nordbo Seniors henvendelse til Seniorrådet i Fredericia indkalder rådet alle foreninger/klubber i Fredericia Kommune til et stiftende møde onsdag, den 26. maj 2021 i den store sal på I.P. Schmidtgården. NORDBO SENIOR deltager med formand Marianne Nyrup og kasserer Bjarne Dueholm.</i></p> <p><i>Ideen er at skabe et tættere samarbejde mellem brugerne, seniorerne, og seniorrådet, som jo har kontakten til Ældre- og handicapudvalget i Fredericia kommune, for at opnå relevant aktuel dialog med de personer det drejer sig om.</i></p> <p><i>Det betyder også at du som medlem af NORDBO SENIOR har mulighed for at få svar på de spørgsmål som du har omkring seniorpolitikken i Fredericia. Du er velkommen til at henvende dig til Marianne eller Bjarne med spørgsmålet.</i></p>
<p>Det er ganske vist!</p>	<p>At være single betyder ikke, at ingen vil have dig - det betyder blot, at ikke hvem som helst kan få dig</p> 



Viden er godt, men insider viden er bedre!



På frierfødder

En af øens søde piger var taget til en fest i Reersøhuset.

Inden længe begyndte en ung mand at gøre kur til hende, og overstrøede hende med komplimenter.

Den unge dame syntes godt om den unge mand, men følte sig lidt forlegen over hans frembrusende adfærd - og blev helt forvirret, da han efter en halv time formelt friede til hende.

"Hør lige", sagde hun. "Vi har jo først lige truffet hinanden!"

Hvordan kan du være så sikker? Vi kender jo slet ikke hinanden!"

"Der tager du helt fejl", svarede den unge mand.

"Jeg har de sidste 5 år arbejdet i pengeinstituttet, hvor din far har alle sine konti !"



Endelig en der har skillinger og IKKE tvillinger!



Godt sagt!

***Tænk positivt
det holder
dig ung.***

I dag faldt jeg
ned ad trappen
og tænkte
"Wow, så hurtigt
har jeg ikke
bevæget mig
i flere år!"

	<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@nordboenior.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</p> <p><i>Fredericia Krone Apotek:</i> 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 <i>Vagt apotek</i> – søndag og helligdage kl. 10-13</p> <p><i>Nymarksvej ved Brugsen</i> Åben mandag – fredag kl. 9.30 – 18.00 Lørdag kl. 9 – 14</p> <p><i>Sundhedshuset</i> 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 Nordboenior.dk</p>	<p>Du kan finde alle tidligere ugebrev på vores hjemmeside nordboenior.dk eller KLIK HER</p> <p><i>Skrevet af Bjarne Dueholm</i></p>



Du kan finde mere om NORDBO SENIOR på vores hjemmeside
nordbo senior.dk
Skrevet af Bjarne Dueholm



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



**Sidste uge i maj, så
bliver det sommer!**

Mvh Nordbohuset