





Ugebrev

Uge 9 – 2022



<u>Titel</u>	<u>Meddelelse</u>
<p>Formanden har ordet!</p> 	<p><i>Tak for opbakningen på generalforsamlingen. Det var dejligt, at den gik så smertefrit. Det kunne kun lade sig gøre på grund af jer.</i></p> <p><i>Det er altid svært at sige tak til de bestyrelsesmedlemmer, som træder ud, især når de som Benny og Henning har været med i så mange år. Vi håber selvfølgelig, at vi stadig kan få glæde af jer.</i></p> <p><i>Tusinde tak for jeres arbejde for foreningen.</i></p>
<p>Glædelig søndag!</p>	

Marts måned

Årets tredje måned 31 dage, i denne måned starter sommertiden
Tycho Brahes dage i måneden: 1., 4., 14., 15

Måneden er opkaldt efter den romerske krigsgud Mars. Efter Jupiter var Mars den fornemste af de romerske guder. I Kong Numa Pompilius gamle Romerske kalender fra ca. år 500 f.kr. startede året med marts måned. Først da der i år 153 f.kr. indførtes nogle justeringer i den Romerske kalender, blev januar gjort årets første måned.

I Danmark hed måneden i gamle dage Thors eller (Thord) måned - Thor var jo også krigsgud. Men andre mener, at navnet var afledt af tord, der betød gødning. Marts måned er jo måneden, hvor der blev kørt gødning ud på markerne.

Marts måned er den første forårs måned, med den kommer forårets ouverture, kulden og mørket svinder.

Marts-revolutionen en revolutionsbølge der i 1848 bredte sig fra Tyskland til Danmark, Østrig, Ungarn og Italien

Månedens vers

Jeg vil beskjære mine Træer i Thor,
og pløye dertil min Ager og Jord.
I denne Maanet lader jeg slet intet Blod.
Men Raden og Sveden er mig da god.



Marts måneds billede er hentet fra Les Très Riches Heures du duc de Berry (en tidebog), og er malet af Limburg Brothers, c. 1416 Paul, Hermann and Jean

Folketro, varsler og vejrvarsler Marias bebudelsesdag

25. marts er så årets 2. "Vår Frue dag" i katolsk tid blev jomfru Maria Jesus moder fjeret med i alt syv store højtider. Generelt gælder det for

alle disse "Vor Fruedage" som vejret var på den foregående Vor Frue dag, således skulle det også blive på den næste.
 Den der kom først i seng på Vårfruedag var også den første der fik afgrøden i hus til høst.
 Fra Vårfruedag til Mikkelmesse den 29. september måtte der ikke anvendes stagelys ved indendørs arbejde.
 Præst og Degn skulle have deres tiende senest på denne dag.
 Vårfruedag var også dagen hvor vinterjagten ophørte.

Læst af Bjarne Dueholm

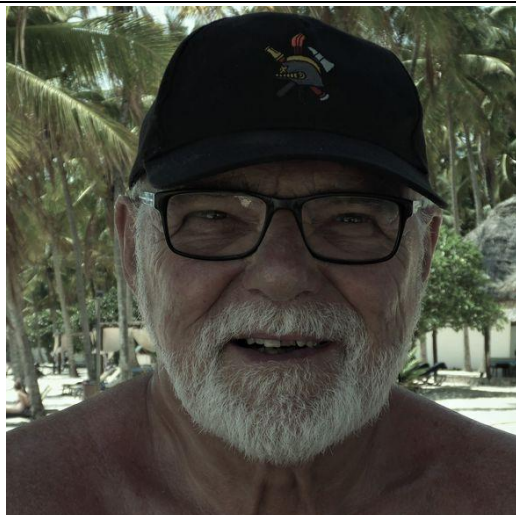


Bestyrelsen m.v.

Efter generalforsamlingen og konstituerende møde ser bestyrelsen m.v. sådan ud:

Formand	Marianne Nyrup
Næstformand	Bent Iversen
Kasserer	Bjarne Dueholm
Sekretær	Karin Thomsen
Bestyrelsesmedlem	Solvejg Jensen
Bestyrelsesmedlem	Anni Axø
Bestyrelsesmedlem	Inge Marie Lindved
Suppleant	Preben Agersol
Suppleant	Jane Jessen Pedersen
Revisor	Mogens Nielsen
Revisor	Hanne Meier
Revisor suppleant	Lis Dal

Tirsdags-
klubbens
foredrags-
holder den
1.3.2022
Kl. 14 i
Nordbo
Huset



Tema:
**Min far var
fremmedarbejder
i Hitlers rige
v/Hans Dall**

Tovholder har
ordet!



BEVAR DIG VEL

*Det er jo første torsdag i måneden næste
gang vi ses.*

Derfor husk kaffe til hyggen bagefter.

Hilsen

BIRTHE OG MARGIT



Meddelelse fra
Nordbo Huset

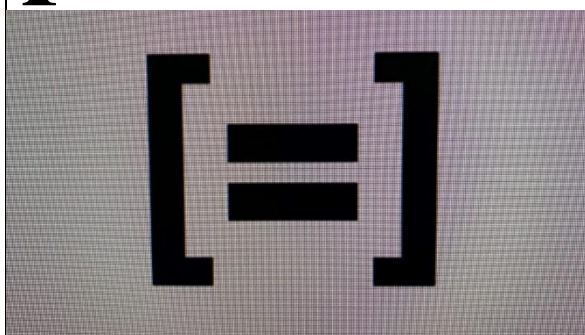


40 børn er tilmeldt til fastelavn i Nordbohuset søndag kl. 14, og vi glæder os helt vildt til at se jer alle i et helt fuldt Nordbohus.
Vi kærer kattedronninger og dronninger, og der er selvfølgelig præmier til de flottest udklædte børn.
Vi sælger kaffe, øl, vand og fastelavnsboller efter tøndeslagningen

Ses vi på søndag? 😊😊😊

Ved du det?

Dette ikon giver dig straks undertekster på DR



Et enkelt ikon kan give dig undertekster på hvad-som-helst fra fjernsynet. Se her, hvordan du gør.

Når du ser TV på dit Smart TV, kan du finde det særlige undertekst-ikon, du skal trykke på, nederst til højre på skærmen.

Når du ser en film eller ser nyheder på DR TV, kan det af og til være svært at forstå, hvad skuespillerne, politikerne, fodboldspillerne og journalisterne egentlig siger. Derfor er undertekster i mange tilfælde en god idé.

Vandret telefon

Når du ser fjernsyn på DR på dit Smart TV, kan du finde det særlige undertekst-ikon, du skal trykke på, nederst til højre på skærmen.

Når du vil se “Borgen”, TV Avisen, “Den store Bagedyst” eller noget helt fjerde DR tv på mobilen, som holdes vandret, skal du trykke på undertekst-ikonet nederst til højre igen.

Hvis du skifter program, skal du trykke på ikonet på ny.

På iPad og computer er det fuldstændigt magen til.

Live-tv

Du kan også få undertekster på mange af de direkte DR-programmer.

Uanset, om du vil se programmer med undertekster på smartphone, Smart TV eller tablet, er det altid nederst til højre, du skal lede efter undertekst-ikonet.

Ikonet går fra sort til rødt, når du trykker på det.

Læst af Bjarne Dueholm

Vigtig viden!

22022022

Har du tænkt på det?

Denne dato, 22. februar 2022, er både palindrome og ambigram.

Datoen er ens om du læser den forfra eller bagfra fra højre mod venstre eller fra venstre mod højre. Det er også det samme hvis du vender datoen på hovedet.

Palindromer og ambigram er normalt ord der staves ens forfra og bagfra. Det kan også være tal som er ens forfra og bagfra.

Sjovt at tænke på!

Læst af Bjarne Dueholm

Motor-
sagkyndig



HJEMME HOS SCOOTER OG TOVE

COPYRIGHT : MORTEN INGEMANN

**Salat i
mande-
klubben!**



Tovholder har
ordet!
"os der sparker
dæk"



*"for mænd,
der trænger
til at komme
lidt fri af egen
lænestol"*



*9. marts kl. 12 i
Nordbo Huset,
mødes
"dæksparkerne"
til frokost.*

PROGRAM:
Sang
SOS
Spil
Det varme
Social snak
Dessert
Sang

**Som sædvanlig kr. 75 + "det løse"
Spil kr. 10
Ret til ændringer forbeholdes som
altid!!**

**Tilmelding på mail til kasserer@nordbozenior.dk
eller sms til nr. 22608100 hurtigst muligt men
senest den 7. marts**

Uenighed



Har du også
fået din nye EL-
regning?

Det berømte maleri "El-regningen"



Husk blomster
til hverdagen
også!



Hold da op en flot buket blomster...

Ugens
aktiviteter i
Nordbo Senior

Tirsdag, den 1. marts kl. 9.30 – Håndarbejde
Tirsdag, den 1. marts kl. 14.00 - Tirsdagsklubben
Onsdag, den 2. marts kl. 17.30 – "spis sammen"
Torsdag, den 3. marts kl. 10.00 – travetur
Torsdag, den 3. marts kl. 13.00 – "bevar DIG vel"

Mere om corona!



Kan
håndsprit
blive for
gammel?

Over tid kan håndsprit miste sin virkning. Købte du stort ind, da corona ramte Danmark, kan det betale sig at se efter, hvornår din håndsprit udløber. Her giver vi dig svar på, hvornår håndsprit bliver for gammel, og viser, hvor du kan se, om håndspritten er over sidste salgsdato.

Kig på datomærkningen

Brug håndsprit, hvis du ikke har mulighed for at vaske hænder. Sådan lød et af de første råd fra myndighederne i kampen mod corona. Håndsprit desinficerer nemlig hænderne og kan være med til at fjerne viruspartikler, så coronasmitte ikke spredes. Danskerne gjorde, som Søren Brostrøm sagde, og i dagene efter den første nedlukning i 2020 steg salget af håndsprit markant. Var du en af dem, der købte ind og måske stillede et par flasker på lager i coronaens spæde dage, bør du med fordel få styr på holdbarheden.

Kigger du godt efter på flasken med håndsprit, vil du se, at der er påtrykt en dato. Datoen er en udløbsdato for håndspritten.

Håndsprit kan holde sig i 2 eller 3 år. Det er den periode, hvor producenten kan garantere, at håndspritten stadig er effektiv nok til at desinficere hænderne.

En af forklaringerne på, at håndsprit har en udløbsdato, skal findes i den almindelige børnelærdom: Sprit består blandt andet af alkohol, og over tid vil alkohol fordampe.

Aktivstofferne i håndsprit er blandt andet ethanol og propan-2-ol, og når man ser på, hvor længe håndsprit er effektivt, ser man på, om stofferne eller indholdet af stofferne i håndspritten ændrer sig nævneværdigt. Der kan ske en fordampning gennem emballagen, eller at aktivstofferne forsvinder, hvis de er ustabile,

Ifølge SSI skal alkoholprocenten på håndspritten være på mindst 70% ren alkohol for at være effektivt mod virus.

Har du fyldt lagrene af håndsprit op, efter at Danmark blev ramt af corona i marts, skal du dog ikke være bekymret. Holdbarheden for håndsprit er typisk på 2 år, men der findes også varianter med 2,5 år eller 3 års holdbarhed.

Virker håndsprit ikke efter 2 eller 3 år?

Når man kommer til den udløbsdato, der står på flasken med håndsprit, skal man i princippet smide håndspritten ud. Man anbefaler, at man sørger for at få brugt sin håndsprit op inden udløbsdatoen. Håndspritten kan måske godt være virksom efter den dato, men vi har ikke videnskabelig dokumentation, der garanterer håndsprits effektivitet efter den påtrykte dato.

Hvorfor har håndsprit overhovedet en holdbarhedsdato?

Alkohol er et konserveringsmiddel, så er det overhovedet nødvendigt med en udløbsdato på håndsprit, kan man spørge sig selv.

Forklaringen er, at når ethanol bliver godkendt som et aktivstof i EU, skal man dokumentere holdbarheden efter en forordning om biocidholdige produkter. Disse test løber typisk over 2 år, og derfor kan man ikke udtale sig om, hvad der sker udover det tidsrum. Håndsprit kan i princippet stadig være virkningsfuld, men det er ikke undersøgt, og der er ikke udarbejdet dokumentation for holdbarheden

Læst af Bjarne Dueholm

Om køkultur i
supermarkedet
!



En kø med flere kunder, som hver især har færre varer kan snildt tage længere tid at komme igennem, end hvis der står én kunde med en fuld indkøbsvogn.

Hvad hedder den der dims på kassebåndet?

Den trekantede dims, der skiller varerne på kassebåndet ad, har ingen officiel betegnelse. Det oplyser Dansk Sprognævn. Nævnet fortæller, at det mest benyttede ord, der dog er uofficielt, er »skillert«.

Kondomtyveri

Varer som kondomer og graviditetstests finder du ofte ved kassen, hvor der er en butiksansat, og ikke andre steder i butikken. Det skyldes, at Coop simpelthen kan måle et større svind – altså mere tyveri – af disse varer, når de ikke er placeret ved kassen. Pakker med kondomer eller graviditetstests, der måske er en smule pinlige at købe, er så små, at de nemt kan proppes i inderlommen.

Det var vist mig først!

Før i tiden var ekspeditioner meget mere styrede. I supermarkedet sørgede kassedamen for, at folk kom til efter tur. I dag skal kunderne selv holde køkulturen. Vi er dog generelt rigtig gode til at overholde de uskrevne regler, der er i en kø. Visse steder har man beholdt »autoriteten«, for eksempel hos bageren og på apoteket, hvor vi trækker et nummer.

Fotoceller stopper dine varer

Kassebåndet, som du lægger dine varer på, bliver styret af en fotocelle. Den sørger for, at kassebåndet automatisk stopper, når en vare når helt op til kassen. Kassebåndet med varerne, der er blevet scannet ind, styres manuelt af kasseassistenten.

Han eller hun bestemmer, hvornår båndet skal køre, og hvornår det skal stoppe. I Kvickly-butikker er kassebåndene længere end i for eksempel Dagli'Brugsen af den simple grund, at folk, der handler i Kvickly, i gennemsnit køber flere varer.

Vi køber 15 varer på 15 minutter

Der er stor forskel på, hvor lang tid kunder bruger i supermarkedet. Nogle kunder køber kun én pakke cigaretter i kiosken, mens andre oser i lang tid i supermarkedet og køber mellem 50 og 100 varer. I gennemsnit bruger en Coop-kunde cirka 15 minutter på at købe 15 varer.

Gør strekkoden synlig

Når du lægger dine varer på kassebåndet, kan du få ekspeditionen ved kassen til at gå lidt mere tjept ved at sørge for, at strekkoderne på dine varer

er synlige. Det er altså ikke så vigtigt, at stregkoderne vender opad – bare kasseassistenten nemt kan få øje på dem.

Sådan vælger du den hurtige kø

Selvom der står en kunde i kø med en overlæsset vogn, er det ikke altid smart at vælge en anden kø. Det har den amerikanske matematiker Dan Meyers udregnet:

Alle formaliteter ved kassen – på nær at scanne varerne ind – tager i gennemsnit 41 sekunder. Hver vare lægger 3 sekunder til den samlede ekspeditionstid. Det betyder, at en ekspedition varer 44 sekunder, hvis du køber én vare, og 59 sekunder, hvis du køber 6 varer.

Derfor kan en kø med flere kunder, som hver især har færre varer, snildt tage længere tid at komme igennem, end hvis der står én kunde med en fuld indkøbsvogn.

Du skal dog også tage andre ting i betragtning, når du vælger kø. Eksempelvis om en kunde har mange af de samme varer, så kasseassistenten ikke behøver at scanne dem ind hver især – eller om der er mange varer uden stregkode, som er varer, det tager længere tid at få registreret på bonen.

Held og lykke med at regne din næste kø ud.

Læst af Bjarne Dueholm



Sådan får du solgt dit gamle tøj

Hvis dit tøj bare hænger urørt, er det spild af ressourcer, og du går glip af de penge, du kan få ud af et salg.

To tredjedele af danskerne sælger aldrig deres tøj videre. Men det behøver ikke at være så svært.

Kjoler og skjorter hænger så tæt i skabet, at du knap nok kan se, hvad du har. Og bunkerne med T-shirts, bukser og sweatre hober sig op.

Måske har du endda et dedikeret sted, hvor du samler de ting, du ikke længere bruger, så de ikke tager plads.

Vi afleverer mere til genbrug end vi køber brugt

* Danskerne er gode til at aflevere tøj til genbrug. Det gælder for 88 procent, at de har afleveret tøj til genbrug. Og 57 procent afleverer mere end halvdelen af tøjet til genbrug.

* Det er til gengæld ikke lige så udbredt at købe tøjet brugt. Det har 29 procent gjort. Og kun 9 procent køber mere end halvdelen af deres tøj brugt.

* 68 procent sælger aldrig deres brugte tøj videre.

Men hvis du synes, det er lidt overvældende at skulle sælge ud af garderoben, er du ikke alene. To tredjedele af danskerne sælger nemlig aldrig deres tøj videre, viser en undersøgelse fra secondhand-appen Tise.

Men det behøver ikke at være så svært. Her får du en række råd til at komme i gang med at omdanne dit gamle tøj til penge på kontoen.

Hvornår skal du sælge?

Timing er en vigtig faktor, når du vil sælge ud af garderoben.

– Se på, hvornår butikkerne begynder at sætte gang i salget, for så begynder der også at være en buzz. Vil du gerne sælge en vinterjakke, så mærk efter, hvornår det begynder at blive lidt koldere i vejret. Så begynder folk at tænke over det. Det er typisk omkring september, du skal være ude.

Det samme gælder, når solen så småt begynder at titte frem, så skal du sælge ud af sommerkjolerne.

Ud over sæsoner kan du også kigge efter tendenser og strømninger.

– Passer din ting ind i en trend, som mange ønsker lige nu – for eksempel Y2K (year 2000, altså 00'ernes mode, red.)? Eller er der en typisk anledning som konfirmation eller galla? Så er det nemmere.



Find din indre sælger frem

Du kan sætte dine sager til salg på et hav af forskellige genbrugsplatforme på nettet. Og hvis du holder øje med forskellige trends eller anledninger, er det en god idé at skrive dem ind i teksten eller som hashtags, så andre nemt kan søge dine ting frem.

Generelt bør du lægge lidt kærlighed i beskrivelsen af tøjet.

– Jo mere information du kan give, jo bedre. Når du klæder de potentielle købere godt på, så undgår du også at få en masse spørgsmål.

– Fremhæv de gode salgsargumenter som for eksempel, at det er lavet af naturlige kvalitetsmaterialer som uld og silke.

Tag de rigtige billeder

Alfa og omega når du skal sælge dit tøj, er de gode billeder. Det er altså ikke her, du skal springer over, hvor gærdet er lavest.

Sørg for at bruge naturligt lys, så tøjet tager sig bedst muligt ud og matcher virkeligheden.

– Og tag gerne billeder, hvor du har tøjet på, lyder rådet.

Derudover rådes du til at tage et billede af vaskemærkaten og lægge det op. På den måde kan potentielle købere både se, hvilke materialer tøjet er lavet af, og hvordan det skal behandles.

Læst af Bjarne Dueholm

Når man hjælper hinanden!



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.

Tovholder Bjarne Dueholm



Vigtige telefonnumre:

Alarmcentralen 112

Politiet 114

Lægevagten 70 11 07 07

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

Nymarksvej ved Brugsen

Åben mandag – fredag kl. 9.30 – 18.00

Lørdag kl. 9 – 14

Sundhedshuset

Åben mandag – fredag kl. 8 – 16.30

Lørdag kl. 9 - 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

<p>Hjemmesiden NordboSenior.dk</p>	<p>Du kan finde alle tidligere ugebrev på vores hjemmeside nordboSenior.dk. Skrevet af Bjarne Dueholm</p>	
	<p>Du kan finde mere om NORDBO SENIOR på vores hjemmeside nordboSenior.dk Skrevet af Bjarne Dueholm</p>	
	<p>Hvis du ikke ønsker at modtage nyhedsbrev fra Nordbo Senior kan du framelde dig ved at give besked på mail til kasserer@nordboSenior.dk</p>	
	<p>Postadresse: Nordbo Senior v/formand Marianne Nyrup Nordre Kobbelvej 102 7000 Fredericia Telefon 20 84 71 39 Mail: formand@nordboSenior.dk</p>	<p>Mødested: Nordbo Huset Sønnesvej 112 7000 Fredericia</p>
<p>Økonomi: Kasserer Bjarne Dueholm Prangervej 118 I/H 7000 Fredericia Telefon 22 60 81 00 Mail: kasserer@nordboSenior.dk Bank: Arbejdernes Landsbank Reg.nr. 5352 kt.nr. 0323703 MobilePay: 99 47 81</p>	<p>Offentlighed: Hjemmeside: nordboSenior.dk Facebook: Nordbo Senior Cvr.nr.: 39432722 Tilsluttet: Danske Seniorer</p>	



Tror I, at appelsiner har
lyst til at blive juice, eller
er de presset til det!

Mvh Nordbohuset