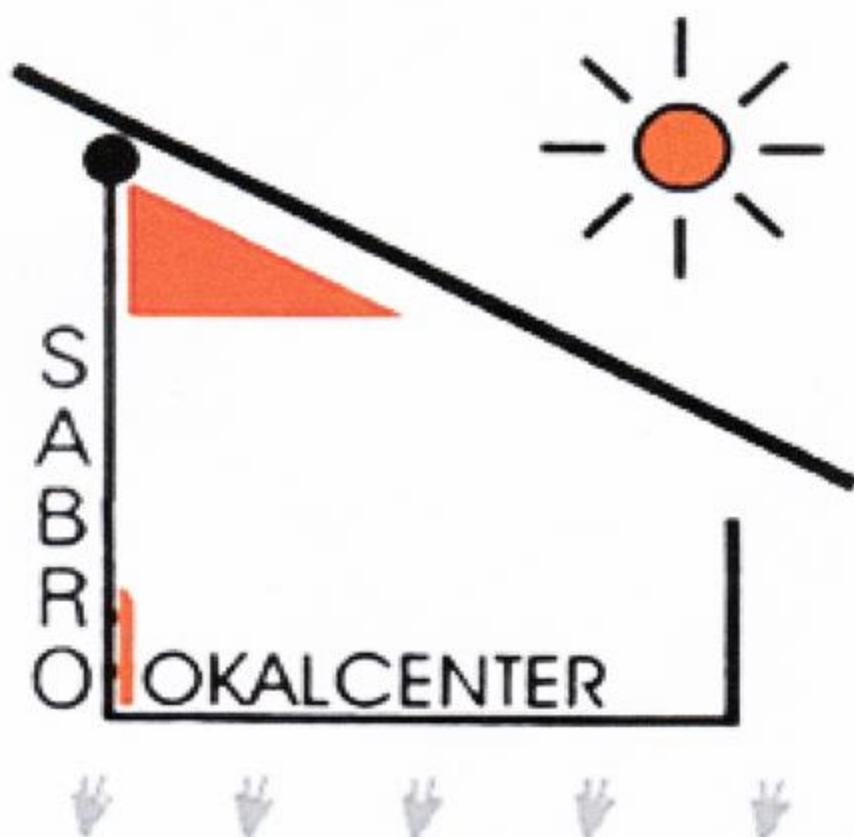


Sabro Centerpost

Nr. 1

Januar 2017

24. årgang



SABRO LOKALCENTER

Sabro Kirkevej 151, 8471 Sabro

Telefon 87 13 47 00 - Telefax 87 13 46 98

sabro@brugerraad.dk

Hjemmeside: www.sabrobrugerraad.dk



Vi ønsker alle en fortsat god vinter
og et spirende forår

*Vi er startet på et nyt
år og en ny sæson.*

*Vi håber, vi ses til
vores mange
arrangementer i januar
kvartal – både på de
forskellige hold og til
festlige stunder.*

*På gensyn
Brugerrådet*

Kolofon

Sabro Centerpost redigeres, trykkes og udsendes af Brugerrådet ved Lokalcenter Sabro på vegne af lokalcentret.

Redaktion

Redaktør: Poul Øxenholt

Ansvarshavende redaktør: Flemming Krarup

Grafisk medarbejder: Birthe Envoldsen

Annoncer: Peter Fredsbo Andersen



Næste nummer udkommer 1. april 2017. Indlæg til dette nummer sendes til sabrocenterpost@sabrobrugerraad.dk senest 1. marts 2017.

Velkommen til Café Sabro på Lokalcentret

Åbningstider:

Mandag til fredag: Kl. 10.00 – 13.00

Tlf. 29 20 99 02

Har du brug for at bestille mad til arrangementer, skal du henvende dig på tlf. 21 99 69 92 (køkkenet, Lokalcenter Søholm).



Hver dag sælger caféen frostmad kr. 25,-

Så er vi i gang med et nyt år

Jeg håber, at alle er kommet godt ind i det.

Jeg har fra 1. januar 2017 fået titel som Forstander på Plejehjemmet Sabro. Stillingen som forstander indebærer, at jeg har den daglige ledelse af både Plejehjemmet og Lokalcenterdelen.

Foråret nærmer sig, og vi skal have gang i vores nye drivhus, som blev bygget af frivillige. Det glæder vi os til. Vi skal have plantet tomater og agurker samt en vinranke. Vi skal også have en lille bæk i drivhuset, så vi kan komme ud og nyde det første solstrejf i foråret.

Vi mangler et par frivillig til at hjælpe os med at passe og vande i drivhuset. Hvis du har lyst til at hjælpe, kan du kontakte mig på kontoret eller ringe til mig

Vi har haft besøg af en ”Plant liv” medarbejder fra MSO. Vi har set på, hvordan vi kan forskønne atriumgården og haveanlægget ved højbedene og vandbassinet. Vi har også bestemt os for, at vi skal have en ny kanin til foråret, måske to.

Hvis der er en der har en eller to kaniner i overskud, når vi kommer ind i foråret, vil vi gerne aftage dem. I kan kontakte mig på kontoret eller ringe til mig (tlf.nr. 51 57 62 55)

I efteråret havde vi endnu en dejlig fest på plejehjemmet, hvor vi havde inviteret de pårørende med. Det var en rigtig dejlig aften, med god mad og hyggelig musik. Vi var 80 mennesker samlet i alderen fra 0 år op til 98 år. Det er rigtig dejligt, at der er så god opbakning, når vi inviterer.

Karen Juul

Norsk Sekvenstræning

Onsdage

- *Træning 1. hold kl. 11.30 – 12.30
- * Fælles frokost
- *Træning 2. hold kl. 13.00 – 14.00



Er du interesseret i at holde din krop i god form, er motionen i **Norsk Sekvens** maskiner rigtig god til, at alle led og muskler bearbejdes. Når vi sammen spiser et let frokost, forener vi arbejde med fornøjelse.

*Vi har ledige pladser, så er du interesseret, kan du kontakte mig på
tlf. 86 94 82 49*

Med venlig hilsen Bodil Kjær

BilCenter Sabro
AutoMester

v. Preben Lund Rasmussen

Hvidtjørnvej 3
8471 Sabro

Tlf nr : 87 45 02 62
Bil nr : 21 63 02 62
Fax : 87 39 02 62



Nyt fra Brugerrådet

Det er ikke til at forstå, at et år allerede er gået. Sidste år ved denne tid, startede et helt nyt Brugerråd på Sabro Lokalcenter. 7 nye medlemmer uden store relationer til hinanden startede arbejdet uden nogen som helst brugerrådserfaring. Som året er gået, har det vist sig, at vi havde relationer til hinanden, og vi har haft et formidabelt samarbejde. Igennem året har vi haft stort held med vore arrangementer, hvis succes kun kan måles på den store opbakning, vi har fået fra lokalområdet. Af arrangementer kan nævnes, foredrag, musikeftermiddage, herre- og damefrokoster og fester med musik og dans. Brugerrådet vil hermed gerne takke for den store opbakning og overbærenhed med vore små opstartsfejl. Al begyndelse er svær. Brugerrådet har nu helt overtaget udgivelsen af Sabro Centerpost. Tak til den gamle redaktion for hjælp ved overtagelsen. Også en tak til strikkedamer og trægængere for den økonomiske støtte til indkøb af "livsvigtig" medicin (Baily, snaps, En Enkelt etc.) til beboerne på plejehjemmet.



Klinik for fodterapi

Fodbehandling i Deres hjem eller i Klinik for fodterapi

Statsautoriseret fodterapeut

ANETTE TOLSTRUP

Farøvænget 20

8381 Tilst

Tidsbestilling på tlf. 20 72 08 71

Mailadresse:
anette@fodterapi-tilst.dk

Hjemmeside:
www.fodterapi-tilst.dk

Tilskud:

**Fra kommunen ved helbredstillæg
Fra DANMARK til gruppe 1 + 2**



Vi vil hermed også gerne bringe en tak til de frivillige, der har bakket op om og hjulpet til ved vore arrangementer. Også en tak til ledelsen på Lokalcenteret. En tak skal også lyde til gartneriet Graff for julestjerner og Fuchsiahaven for det flotte juletræ, der har pyntet i foyeren. Vi står nu med et helt nyt ubrugt år, hvor vi vil fortsætte vort arbejde med at lave interessante arrangementer til glæde for lokalsamfundet. Det første kvartals arrangementer er på plads. Vi vil i det nye år arbejde for at Lokalcentret kommer til at virke som en form for forsamlingshus, på tværs af aldersgrupper til glæde og gavn for hele lokalsamfundet. Vi vil starte med at ønske alle et glædeligt nytår og på gensyn i 2017. Som sædvanlig et lille citat:

"For hvert minut du ler, forlænger du livet med en time".

Med venlig hilsen

Flemming Krarup
Brugerrådsformand



*Søndagsmiddag med laks, steg & is
fra kl. 12.00-20.00*

2 retter kr. 225,-
3 retter kr. 275,-


HOTEL SABRO KRO
★★★★

www.sabrokro.dk · Tlf.: 86 94 89 22

Lad Minderne Fortælle

Erindringsbog fortalt af beboere på Lokalcenter Sabro

Den 7. december mødtes en gruppe indbudte beboere i Solstuen for at deltage i den officielle udgivelse af en lille bog med titlen ”Lad Minderne Fortælle”, hvortil de alle har bidraget med minder fra deres liv.



Bogen indeholder samtaler mellem ti beboere og tidligere bruger-
rådsformand Birgit Lund om beboernes oplevelser og minder
gennem mange år. Arbejdet med
bogen har stået på
i godt et halvt år,
så det var med
spænding, at den
nu endelig udkom.



Det var en god og hyggelig eftermiddag, hvor Birgit Lund kunne overrække et eksemplar af bogen til hver af bidragsyderne, og overbringe en tak ledsaget af en hvid rose for bidragene fra bogens ophavsmænd. Herefter gik snakken livligt over kaffebordet om bogen og de enkeltes bidrag til skriftet og om ”gamle dage” i almindelighed.



Den fysiske fremstilling af skriftet er sponsoreret af Lokalcenter Sabro og Brugerrådet, så indtægten ved salget vil gå ubeskåret til at forsøge beboernes hverdag – hvordan og til hvad afhænger bl.a. af salget.

Bogen, der er på 44 sider, indeholder, som nævnt, samtaler med ti beboere, et afsnit om Lokalcenter Sabros historie og er illustreret med mange fotos. Den kan købes ved henvendelse til værtinde Jane på Lokalcentret i Sabro, og den koster kun 10 kr.

Per Christiansen

Brugerrådet fik gaver til centret

Hvert år bliver der i december måned pyntet op til jul. Det er med til at skabe julestemning rundt omkring.

I forhallen har stået et flot pyntet juletræ. Træet blev sponsoreret af Fuchsiahaven og Kelvins Gartnerservice.

De store plantekrukker på gangene fik



tilskud af store, flotte julestjerner, der lyser op i beplantningen. De blev sponsoreret af Graff, der hvert år er med til at pynte op på centret.

Brugerrådet siger tak for den store velvilje, vi møder.



Damernes butik

Dorthe Andersen

Kærvangen 4 · 9500 Hobro

Tlf: 26 27 02 31

www.damernesbutik.dk

Fælles julefrokost

December måned står i julens tegn. Folk samles selskabeligt til familiesammenkomster og julefrokoster og har det hyggeligt med hinanden.

Således også den af brugerrådet planlagte "Fælles Julefrokost" torsdag, den 8. december.

Belært af erfaringerne fra 2015 var



undervisningsholdenes julefrokost og den fælles, åbne julefrokost slået sammen. Det blev til 37 mennesker, der i cafeen fik en herlig eftermiddag med rigtig god julemad og dejligt samvær.



**Kælder
frisøren** V/
Bettina Frederiksen
Sabro Skovvej 18
8471 Sabro

Tlf: 86 948783 WWW.kaelderfrisoren.dk

*Altid gode priser.
F.eks.
Dameklip kr. 280
Herreklip kr. 195*

*PS: Tøj modtages til:
Rensning
Vask
Rulning*

GUDSTJENESTER

FOR BEBOERE PÅ LOKALCENTER OG
I PLEJEBOLIGER
SAMT PÅRØRENDE
I SOLSKINSSTUEN

LOKALCENTER SABRO

TIRSDAG, DEN 10. JANUAR KL. 14.30
Sognepræst Vini Madsen

TIRSDAG, DEN 21. FEBRUAR KL. 14.30
Sognepræst Mette Charlotte Andersen

TIRSDAG, DEN 14. MARTS KL. 14.30
Sognepræst Mette Charlotte Andersen



I forbindelse med gudstjenesterne er der **gratis** kaffebord

90`træf i Område Vest

Så blev der igen holdt 90`træf i vores område. Den 3. af slagsen, denne gang på Sabro Lokalcenter.

Vi skulle have været i cafeen, men der var så mange tilmeldte, at vi måtte rykke ind i festsalen. Der var meldt 62 borgere til, og med enkelte afbud op til dagen endte vi på 57 dejlige mennesker, der havde lyst til at møde andre på deres egen (høje) alder.

De fleste blev hentet på deres bopæl og kørt hjem igen af vores center-busser.

Det var en hyggelig og livsbekræftende eftermiddag, hvor vi tog lidt forskud på julen med en dejlig frokost, som blev leveret fra Søholm Lokalcenter.

Bordene var pyntet med ting, som kunne sætte "de små grå" i gang, og som gav anledning til at udveksle erindringer og dele minder om f.eks. en pakke Richs, madam blå, ting fra 2. verdenskrig, ålejern, købmandsbøger, gamle broderier og meget mere.



Imens der blev hygget og snakket ved bordene, var der hyggemusik ved Orla Winther.

Da vi tog afsked, tror jeg, det var alle der tilkendegav, at det havde været en dejlig eftermiddag.

Det er frivillige som er med til at arrangere 90`træffet (2 frivillige fra hvert lokalcenter), og uden dem kan sådanne arrangementer slet ikke lade sig gøre, så en stor tak til alle der hjalp til, både som hjælper ved festen og som chauffører og hjælpere i busserne.

Næste gang, der er 90`træf, mødes vi på et af de andre Lokalcentre i Område Vest.

Ida Hovgaard
Forebyggelseskonsulent

Kan du huske

The Beatles

så kom til arrangementet **torsdag, den 19. januar kl. 14.00**. Hvis du ikke kan huske dem, så kom alligevel og få en musikalsk oplevelse.

Ole Bech (guitar og sang) og Henning Ladefoged Jeppesen (klarinet og saxofon) kommer og synger beatlesmelodier.

"Alle kender og elsker denne fantastiske rockgruppe. Vi synger og spiller mange af de største hits. Alle får udleveret et sanghæfte, så man kan synge med, hvis man har lyst. Vi fortæller om mange af sangene, hvad de handler om, og hvordan de blev til".



Pris inklusive kaffe og kage: 60,00 kr.

Tilmelding senest torsdag, den 12. januar på liste i forhallen.

Mie Lauritz
FRISØR



86 25 15 15
86 25 17 18
Sabro 86 94 99 18

Solcenter

- City Vest - Mie Lauritz
- Hinnerup - Sabro
- Storcenter Nord

Oktoberfest

Oktoberfesten 2016 blev en stor oplevelse for alle, der deltog. Fin musik. Dejlig mad. God stemning og – ikke mindst – pragtfulde og feststemte deltagere. Snakken og dansen gik livligt lige til festen sluttede.

Hvis du deltog i festen, kan du gense mange situationer på billederne.

Hvis du ikke deltog, kan du se, hvad du gik glip af.

På gensyn til næste år.



Formanden sælger billetter



Forretten er serveret



Spillemand spil lystigt op



Fadene blev tømte



Skull gammel venskab rejn forgo



Fyldt dansegulv



Udholdenhedskonkurrence

Gallafest for alle frivillige

Hvert år inviteres alle frivillige, der er tilknyttet Lokalcenter Sabro til en begivenhed, der gerne skulle give en oplevelse ud over dagligdagen. Budgettet sætter dog en grænse for antallet af deltagere, hvorfor det er sket, at nogle ikke er kommet med (de har tilmeldt sig så sent, at bussen allerede var fuld).

I år besluttede brugerrådet med stor imødekommenhed fra Aarhus Kommune, at invitere alle 104 frivillige til en gallafest på Lokalcenter Søholm – koste, hvad det koste ville.

Omkring halvdelen af de frivillige tilmeldte sig festen, der blev afholdt den 17. november. Mange havde andre gøremål den aften. Det er svært at påstå, at de gik glip af noget. De havde jo gode oplevelser i andre sammenhænge.

Bussen, der transporterede os til Søholm var fuld af forventningsfulde mennesker, der glædede sig til aftenen.

Middagsmenuen var hemmelig, lige indtil maden blev serveret. Og hvilken menu. Køkkenet på Søholm havde overgået sig selv med en middag, som var i top. Dejlig, veltilberedt mad på gourmetplan, og som faldt i alles smag.

Festmusikeren Dorte Jelle Jensen fra Trustrup ledsagede på sit klaver under middagen med stemningsfuld musik og spillede efterfølgende op til dans.

Dansegulvet blev brugt flittigt og den gode stemning fortsatte lige til bussen hentede alle igen kl. 23.30.

Ikke så sært, at aftenen er blevet berømmet efterfølgende.

Tak til Søholms og ikke mindst vores eget personale, som gjorde deres til, at vi fik en uforglemmelig aften.



Influenzavaccination

Onsdag, den 5. oktober var der gratis vaccination mod influenza.



Der var næsten fuldt hus i de timer, det stod på. Rigtig mange benyttede sig af tilbuddene fra Caféen og fik sig derved en hyggestund og en god gang snak.

*"Værsgo'. Her er et nummer".
Man kom til efter tur.*



*Godt med en snak med
vennerne.*



*Det, det hele drejede sig
om: Et lille prik.*



*Kø ved disken kunne
ikke undgås*

Herrefrokost

Torsdag den 26. januar kl: 12:00

Menu :

Sild og karrysalat

Røget ørred med æggestand

Mørbrad à la creme

Leverpostej med bacon og champignon

Kaffe og småkager

Pris kr. 100,00

Der sælges billetter i Café Sabro:

Mandag den 16. januar

Tirsdag den 17. januar

Onsdag den 18. januar

Kl: 11:00 til kl: 13:00

Kun kontant betaling

Lad Minderne Fortælle

Når historiebøger er blevet skrevet, har der været en tilbøjelighed til at fremhæve kongers og andre stormænds gerninger som bærende i historien.

Det vil vi ikke gå i rette med. Krige, tab af land, bankerot o.m.m. taler hver deres tydelige sprog herom.

I modsætning hertil har den brede befolkning båret landets kultur i bredeste forstand videre – generation efter generation.

Talrige biografier, beskrivelser og udgivelser viser dette. Det er tydeligt, at beskrivelser af den almene befolkning er populære læseobjekter.

Det er derfor kærkomment, at der nu på lokalt plan er udgivet en lille bog, hvori folk i moden alder kort beskriver deres liv. Vel at mærke folk, der har tilknytning til Sabro og bor på vores Lokalercenter.

REMA 1000

Meget mere discount!
Åbent alle dage kl. 7.00 - 21.00
også i weekenden

Bogen er blevet til på initiativ af Birgit Lund. Hun har haft interview med en stor del af beboerne på lokalcentret.

Resultatet heraf er blevet 10 fortællinger, der beretter om personernes liv og levned.

Tilsammen giver de et mangfoldigt billede af livet, som det kunne forme sig igennem de sidste 90 år.

En godt skrevet bog, som gerne må få mange læsere og efterfølgere.

Lad Alinderne Fortælle

er skrevet af Birgit Lund efter interview med beboere på plejehjemmet.

Per Christiansen har stået for layout og fotografering.

Bogen kan købes for 10 kr. ved henvendelse til værtinden på lokalcentret.

Pengene går ubeskåret til at forsøge beboernes hverdag.



Tømremester Jørn Pedersen Aps

Stillingvej 107 - 8471 Sabro - Tlf. 86 94 88 45 - Bil 26 27 88 45 - Fax 86 94 94 93

e-mail: pps-aps@mail.tele.dk – website: www.pps-aps.dk

Tømrer- & Snedkerarbejde

Inventararbejde

Glasarbejde

Såvel nyt som reparationsarbejde

Tilbud uden forbindende



110 kr.

Foredrag - vinsmagning i H.C. Andersens fodspor

Medbring
to glas

Torsdag, 16. februar 2017 kl. 19.00

Som bekendt kom Hans Christian Andersen fra en familie med trange kår. Hans forældre gav ham trods det megen opmærksomhed og moderen støttede ham (faderen døde, da HCA var 11 år), da han som 14-årig ville til København for at blive skuespiller.



Det blev dog ikke sådan, at vi kom til at kende og holde af ham. Under sin fortsatte skoleuddannelse viste Hans Christian evner for digtekunsten og skrev så småt små digte og skuespil, men det blev som eventyrdigte, at vi først og fremmest kom til at huske H.C. Andersen.

Som voksen fik han forskellige kongelige legater, for at han kunne rejse udenlands med henblik på at suge til sig og lære af de toneangivende lande i Europa. Såkaldte dannelsesrejser.



Vi skal i dette foredrag følge H.C. Andersen på hans første dannelsesrejse med særlig opmærksomhed på nogle af de vine, han indtog eller kunne have indtaget.

Det bringer os i kontakt med vine fra Mosel, Champagne, Rhône. Schweiz, Italien (Piemonte og Toscana) og Østrig, som alle 7 skal smages. Der serveres ikke mad i løbet af aftenen, men der sættes lidt brød på bordet til at rense smagsløgene undervejs. Til at forestå det hele har vi hyret **Harry Brix** fra Aalborg. Han har gennem 20 år arrangeret vinrejser i sit rejsebureau, **Brix Vin og Rejser**. Selv om rejsebureauet blev solgt for nogle år siden, har Harry Brix bevaret sine mange kontakter og ikke mindst sit indgående kendskab til vin, hvilket kommer os til gode denne aften.

Du kan købe billetter 6., 7. og 8. februar kl. 11-13 i caféen. Pris for hele arrangementet: 110 kr. Medbring selv to glas.



Damefrokost

Tirsdag den 28. februar kl: 12:00

Menu:

Sild og karrysalat

Lakseroulade

Honningmarineret skinke med flødekartofler

Krydrede kyllingelår med spidskålsalat

Kaffe og chokolade

Pris kr: 100,00

Der sælges billetter i Café Sabro:

Mandag den 20. februar

Tirsdag den 21. februar

Onsdag den 22. februar

Kl. 11:00 til kl. 13:00

Kun kontant betaling

Transport til arrangementer



Har du problemer med at komme til arrangementer på Sabro Lokalcen, så kontakt:

Brugerrådsformand
Flemming Krarup

Tlf. 29 64 40 76

Om Kærlighed

Jeg er glad for, at har lyttet så lidt til gode råd.
Havde jeg rettet mig efter dem, var jeg gået glip af nogle af mit livs sødeste fejltagelser.

Marlene Dietrich



Brunsgaard's Auto

Larixvej 4
8471 Sabro
Tlf. 86 94 85 70



Damernes B U T I K

Torsdag 16/3 på Sabro Lokalcenter

Kl. 10.00 tøjsalg – Kl. 14.00 Modeshow



Damernes butik

Dorthe Andersen

Kærvangen 4

9500 Hobro

Tlf: 26 27 02 31

Aktivitetsoversigt

Brugerstyrede aktiviteter

JANUAR
FEBRUAR
MARTS



*Nu skal det være!
Jeg rejser mig fra
stolen og ta'r hen
på Lokalcentret*

MANDAG

Klokkeslet	Aktivitet	Leder(e)	Lokale
10.00	Gymnastik	FO	Store sal
12.30	Siddende gymnastik	FO	
10.00-12.00	Data	Poul Øxenholt	Datastuen
12.30-14.30	Data	Poul Øxenholt	Datastuen
9.00 -16.00	Træværksted	John Envoldsen	Træværksted

TIRSDAG

Klokkeslet	Aktivitet	Leder(e)	Lokale
10.00-12.00	Data	Per Christiansen	Datastuen
10.00-12.00	Knipling/Patch W.	Birthe Pedersen	Terapien
9.00-16.00	Træværksted	John Envoldsen	Træværksted
10.00-12.00	Seniordans	Bodil Hegelund	Store sal
14.30 <small>2.tirsd.i md</small>	Gudstjeneste		Solskinsstuen
13.00-15.00	Sy/strikkeklub	Astrid Thykjær	Terapien
14.30 <small>Hver. 2. tirsdag.</small>	Blomsterbinding	Julie Højgaard	Terapien
19.00-23.00 <small>2.tirsd.i md</small>	Kortspil	Knud Thomsen	Terapien

Ang. brugerrådets arrangementer

- se venligst opslag

ONSDAG

Klokkeslet	Aktivitet	Leder(e)	Lokale
10.00-11.30	Yoga	Hartwig Quelle	Store sal
10.00-12.00	Krolf	Vagn Hansen	Ude/inde
11.30-14.00	Kost & Motion	Bodil Kjær	Sekvenstræn.
13.00-15.00	Data	Hans Thøger Jensen	Datastuen
9.00-16.00	Træværksted	John Envoldsen	Træværksted
13.15-15.30	Selvst. malehold	Bodil Kjær	Terapien

TORS DAG

Klokkeslet	Aktivitet	Leder(e)	Lokale
10.00-11.30	Stolegymnastik		Terapien
13.30 1. torsdag i md.	Banko	Pensionistforening	Store sal
9.00-16.00	Træværksted	John Envoldsen	Træværksted
13.00 første og sidste torsdag i måneden.	Seniorfoto	Søren Karl Rasmussen	Datastuen
14.00-16.00 1 gang mdl.	Arrangementer	Brugerrådet	Store sal
16.00-21.30 Sidste torsd. i md.	Malehold	Alice Jespersen	Terapien

Fredag

10.00 – 11.15	Gymnastik	FO	Store sal
---------------	-----------	----	-----------

Nyt fra Sabro Kunstforening

Anders Hjuler udstiller fra 2. januar til 1. februar 2017
Fernisering og nytårskur mandag den 2. januar kl. 19,00
Med lyd, lys og farver

Anders Hjuler er performance kunstner med fibervæv maleri som speciale LIVE i samklang med musikere. Musik og maleri i samklang og tværæstetisk samarbejde giver nye muligheder for maleriet og musikken til fælles inspiration, og ingen ved præcis, hvor samarbejdet ender! Altid overraskende, nyt og forfriskende. Overraskende ikke mindst fordi materialet er fibervæv, der bliver vædet med vand, og derefter trækker vandet i vævet farven i uforudsete retninger som magi! Farverne er ofte rød, orange, gul, turkis og tusch, men kan også være blå og neonfarver. Efter performance kan værkerne købes af publikum som oftest til en favorabel pris!



Lissie Trier Boye udstiller fra 2. februar til 3. marts 2017
Fernisering torsdag den 2. februar kl. 19,00



Lissie Trier Boye udtaler:

Min store passion er at male. Jeg bevæger mig mest i det abstrakte univers og er meget inspireret af de store klitlandskaber ved Skiveren i Nordjylland - den frie udsigt til himlens skiftende lys og Vesterhavet.

Også rustne ting har en særlig skønhed, som jeg arbejder med. Jeg patinerer mine lærreder, dels med farve og dels med slagmetal og eddike.

Jeg kæmper tit længe med mine billeder, inden det endelige udtryk dukker frem. Men når det sker, falder der en fred over mig, lige til det næste sniger sig ind på min nethinde.

**Den 7. februar afholdes generalforsamling i Sabro
Kunstforening.**

Hanne Falch Olsen udstiller fra 6. marts til 7. april 2017
Fernisering mandag den 6. marts kl. 19,00



Hanne Falch Olesen fortæller:

Jeg har tegnet og malet i mange år, men tog først maleriet seriøst, efter jeg forlod arbejdsmarkedet. Mine første lektioner fik jeg hos FOF i Århus, senere gennem en årrække undervisning hos forskellige lærere på Århus Kunstakademi.

Højskoleophold med maleriet i fokus har også været meget inspirerende for mig.

Jeg arbejder hovedsageligt med akrylmaling, men også lidt med akvarel og kridt.

Ideer til mine malerier henter jeg fra naturen og fra alt, hvad der i øvrigt sker omkring mig i hverdagen. Musikken betyder meget for mig, og den er derfor også til stor inspiration for mig.

Luciaoptog

Onsdag, den 14. december blev der kastet særligt lys over vores lokalcenter og plejehjem.

Den dag var der nemlig luciaoptog i bygningerne. Elever fra Sabro-Korsvejskolens 7. klasser gik rundt på centret, hvor de med den traditionelle luciasang fejrede luciadagen til stor glæde for beboere og gæster. Stor tak for det.



SKORINGEN

Tema Centret, Hammel - 62 26 54 55
www.skoringen.dk

Gråspurve



Indbyder til forårsrevy fredag den 17/3

Program:

Kl. 17-19 Spisning

Tapas tallerken og ostepretning



Kl. 19 – 20 Underholdning 1. del

Kl. 20-20.30 Kaffepause

Kl. 20.30 – 21.30 Underholdning 2. del

Pris for hele arrangementet kr. 125,-

Billetsalg i caféen den 6., 7. og 8. marts kl. 11-13

Husk, at der kun kan betales kontant

Har du brug for hjælp?

KONTAKT TIL LOKALCENTER HAVKÆR OG SABRO

Kontoret er åbent hverdage kl. 8.00 til 15.00.

Sabro 87 13 47 00.

Hvis der er behov for kontakt til visitator er Lokalcetret dig behjælpelig.

Ved akut behov for hjemmesygeplejerske på hverdage kl. 15.00 til 07.00 og i weekend og helligdage kan kontakt formidles via **86 12 10 21 (Døgnsplejen)**.

Om kærlighed



Da jeg blev klar over, hvordan børn blev til, kunne jeg simpelthen ikke tro det. At tænke sig, at min far og mor ville gøre sådan noget! Min far måske, men min mor – aldrig.

Samuel Levinson

Ans Rejser

- din billet ud i verden

Ans Rejser er ekspert i rejser med bus og fly i hele Europa

- Topmoderne busser
- Individuelle rejser
- Grupperejser
- Firmature
- Udflugtsture
- Seniorture

GRATIS parkering i Billund Lufthavn

REJSEOplevelser med dansk rejseleder 2016

ANS REJSER

ANS REJSER

Lillehøjvej 2 • 8600 Silkeborg • rejs@ansrejser.dk
Tlf. 70 26 00 49 • www.ansrejser.dk

MERRELL ROHDE SANITA SKETCHER JACO ARCOPELICO TEVA BIRKENSTOCK

Demonstration af flotte nye Sko, Sandaler, Tasker, Støvler og Hjemmesko m.m.



FOR ALLE

Til aflastning for lænd og ryg

Til daglig brug

Til arbejde

Til fest

Til knyster

"Sig farvel til ømme fødder"

Til alle fødder



**Sygeplejerske Ejgil Kristensen
kommer på:**

**SABRO LOKALCENTER
TORSDAG DEN. 23. MARTS
KL. 10.00 - 16.00**



JEG GLÆDER MIG TIL AT BESØGE JER
OG YDE EN PERSONLIG BETJENING (MAIL: EK.VUC@OFIR.DK)
ALLE ER VELKOMNE TIL AT SE OG PRØVE
JEG HAR OGSÅ DIABETESSKO OG SKOEN DU IKKE MÆRKER

NORLOG SUNDHEDSFODTØJ FJORDPARKEN 30 9500 HOBRO TLF. 98 52 35 88 - 51 98 88 88

Café Sabro

Bliv frivillig på dit lokalcenter

Der sker noget i caféen på Lokalcenter Sabro. Derfor kan der godt bruges mere arbejdskraft.. Som frivillig får du mulighed for at gøre en stor forskel for andre. Du er med til at skabe gode oplevelser og øjeblikke, der tæller.

Selv bliver du rig på oplevelser og erfaringer, som du kan tage med dig i andre sammenhænge. Du får udvidet dit netværk og møder en masse mennesker.

Når du starter, får du en god introduktion af andre frivillige eller personale. Sammen med dig planlægger vi, hvad du kunne tænke dig at indgå i. I caféen har vi brug for hjælp til at betjene kunderne og personalet, fylde varer op, tage imod og hygge om alle, der kommer i caféen, brygge kaffe, hjælpe med lettere køkkenopgaver. Holde caféen pæn og ren. Hjælpe svækkede borgere med at bruge og finde sig tilrette i caféen.

Din forplejning er gratis, når du er frivillig i caféen.

Interesseret? Lad os tage en uforpligtende snak.

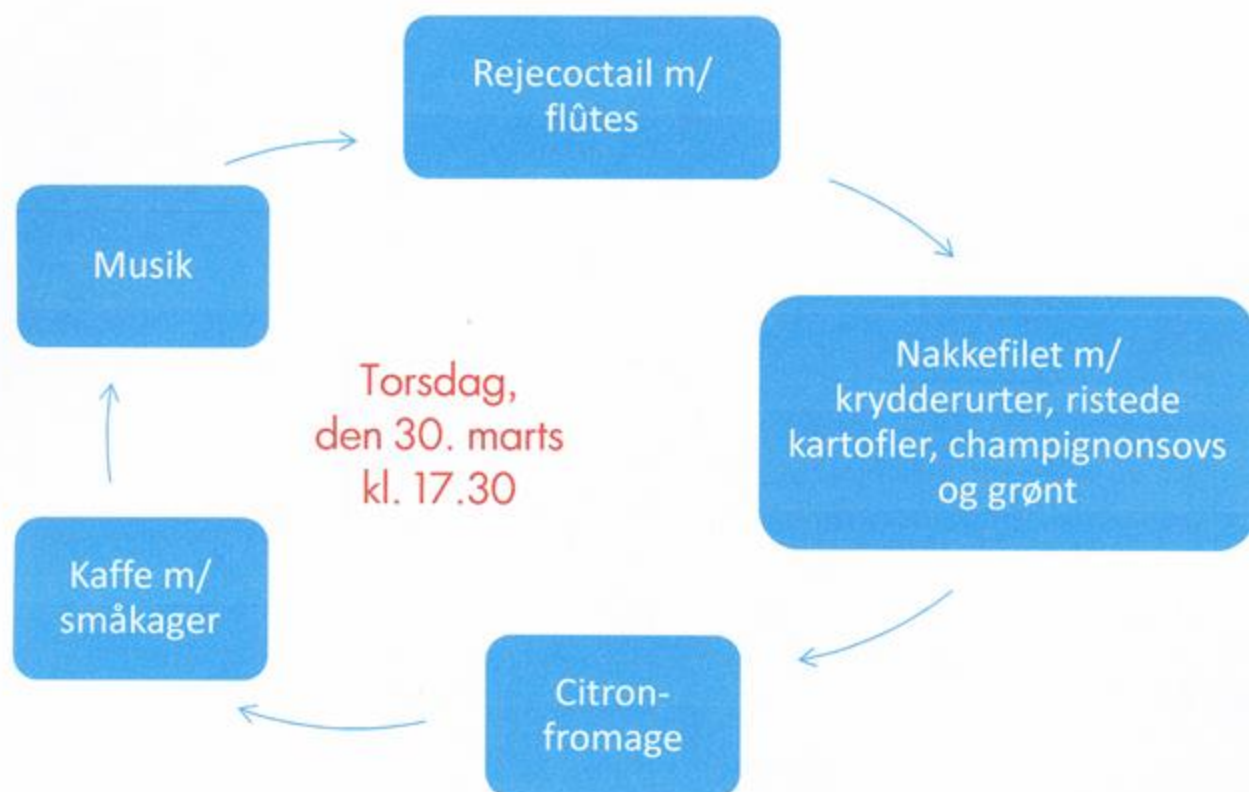
Kontakt frivillighedskoordinator Marianne Bech

Tlf. 51 57 62 54

Forårsfest

Nu må den sidste sne være faldet og foråret for alvor være på vej. Storken kommer (?) i begyndelsen af april og vinterdækkene er skiftet ud med sommerdæk.

Det må derfor være på tide med en rigtig god forårsfest, hvor vi kan lune os i hinandens selskab og få en lille svingom til god musik, og – ikke at forglemme – indtage en overdådig menu:



Alt sammen til en pris à 125 kr.

Det er lykkedes os at få en "gammel" kending, Kurt Jepsen, til at komme med musikken.



Billetter sælges i caféen i dagene 20., 21. og 22. marts kl. 11.00 -13.00. Husk kontant betaling.

Nyt fra Sabro Bibliotek

Biblioteket har fået et nyt tidsskrift: Bilmagasinet, og vi håber, at der er mange, som bliver glade for det.



Her i efteråret har der været forskellige arrangementer. Skumringstimen 14. november havde mange deltagere, og vi havde besøg af den lokale forfatter Marianne Thybo Søgaard, der fortalte om sin debutroman "En som Rebecca". I efterårsferien kom 57 børn i alderen 1-6 år for at lytte til højtlesning. Det, synes jeg, var imponerende mange, og jeg nød at læse højt for dem.

Dette bliver mit sidste nyhedsbrev, da jeg går på efterløn den 1. januar. Så jeg vil ønske jer alle *Et Godt Nytår*.

Jens Yde, der har været fast afløser, kommer i stedet for mig.

Mange hilsner

Kirsten Dyhrberg Grønne

LOKALCENTER SABRO



Når tankerne falder på en rejse til Holland, tænker de fleste af os på at se udskaarne træsko, utallige kanaler, flotte vindmøller og ikke mindst tulipaner. En rejse til Holland har dog langt mere at byde på. En rejse til Holland med Ans Rejser giver dig en fantastisk blanding af sjove, spændende oplevelser og et indblik i landets meget varierende natur. Som tidligere år har vi inkluderet både entréen til Keukenhof og ikke mindst til en kanalrundfart i Amsterdam - det kalder vi go' service!

Dag 1 – Afrejse (A)

Vi kører fra Sabro Lokalcenter kl. 08.00 og fra Dagli Brugsen kl. kl. 08.10.

Turen går langs Nordsøen via dæmningen Afsluitdijk, der adskiller Zuiderzøen fra Vadehavet. Den 32 kilometer lange dæmning blev opført i 1932 med det formål at inddige og afvande hele området. Store dele er da også afvandet, men efterhånden har man opgivet at afvande hele området. Med en så lang dæmning kan det ikke overraske at Zuiderzøen er en enorm stor sø, der breder sig over et areal på mere end 5.000 km². Vi ankommer til Holland først på aftenen. Efter indkvartering spiser vi aftensmad på hotellet.

Dag 2 – Keukenhof Blomsterpark (M, A)

Med sine millioner af tulipaner og andre forårsblomster er Keukenhof verdens største blomsterpark. Parken blev oprettet som præsentationspark for potentielle kunder, men er i dag udlagt

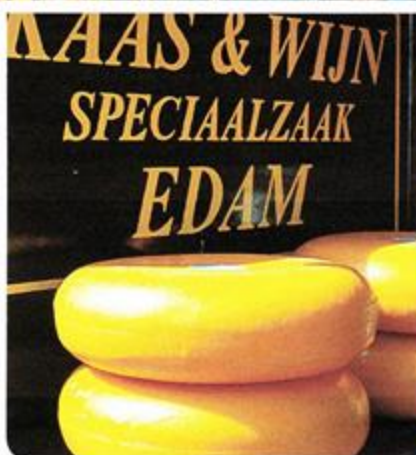
som privat park for besøgende og har åbent 2 måneder hvert forår. Parken har ca. 800.000 gæster om året, som nyder de farvestrålende løgblomster. De mange haver og fire pavilloner fremviser en enestående samling af tulipaner, hyacinter, påskeliljer, orkidéer, roser, nelliker, iriser, liljer og mange andre blomster. Her råder farverne og duftene. Blomsterparken er 32 hektar stor og har 7 millioner blomster, heraf 800 forskellige sorter af tulipaner. Derfor er der 15 stier, 2.500 træer, heraf 87 forskellige sorter. Uanset om man er blomsterentusiast eller blot nærer en almindelig kærlighed til den smukke natur er én ting sikkert – et besøg i Keukenhof blomsterpark er uforglemmelig.

Dag 3 – Byrundtur i Amsterdam og kanalrundfart (M, A)

Med kun én times kørsel til specielle og spændende Amsterdam er denne udflugt et must på rejsen til Holland.

Amsterdam er kendt som cyklernes by, og med sine over 400 broer er byen også en broernes by. Byen er adskilt i 70 øer af de mange kanaler, og på trods af denne lighed med Venedig er Amsterdam en helt anden oplevelse. Amsterdam er en by med stor charme og stor alsidighed både i bygninger og lokalbefolkning. På byrundturen skal vi forbi nogle af Amsterdams mest kendte seværdigheder bl.a. Rijksmuseet samt Rembrandt og Van Gogh Museerne. Vi skal også på en sejltur rundt i de smukke kanaler, hvor vi får mulighed for at nyde den smukke gamle by. Der vil også blive ophold i centrum af byen, så man på egen hånd kan opleve denne specielle hovedstad. I Amsterdam er mange af museerne nybyggede eller ombygget inden for de seneste 15 – 20 år og en stor del af disse bygninger er en hel oplevelse i sig selv.

Efter en spændende dag i Amsterdam, vender vi tilbage til hotellet og til aftensmad.



Dag 4 – Udflugt til Volendam, Edam og Alkmaar (M, A)

Efter morgenmaden skal vi på en hel-dagsudflugt i det nordlige Holland. Første stop bliver Volendam, en fiskerby, der dagligt fejrer fortiden. Et besøg i Volendam er en rigtig dejlig oplevelse, da byen rummer en helt særlig stemning, som forstærkes af befolkningens glæde ved at iføre sig områdets gamle traditionelle og farverige klæder. Men her foregår også andre begivenheder – byen er kendt for sine mange sports- og musikarrangementer.

Herefter kører vi mod Edam, en lille hyggelig by, som især er berømt for sine oste. Byen er også kendt for sine lave pyntede købmandshuse fra 1600-tallet og for sine smalle kanaler og træbroer, der danner rammen om denne lille hyggelige by. Byens centrale plads er Damplein, hvor Edams flotte rådhus fra 1737, Stadshuis, er midtpunktet.

Vi slutter dagen af i den lidt større by Alkmaar. Også her er ost en vigtig del af byen og byens navn er nærmest synonymt med ostemarkedet "Kaasmarkt", som afholdes én gang om ugen.

Alkmaar er dog andet end ost. Bykerne er meget velbevaret og dejlig at slentre omkring i. I den idylliske butiksgade Fnidsen, findes byens bedst beva-

rede bygninger i røde mursten, som er fra 1600-tallet. Alkmaar har også det fine "Stedelijk Museum Alkmaar", som indeholder både et historisk museum og en omfattende malerisamling fra det gyldne århundrede og af moderne kunst. Efter en kort orienterende byrundtur i Alkmaar, bliver der tid på egen hånd.

Dag 5 – Hjemrejse (M)

Efter morgenmad sætter vi atter kursen mod Danmark.

Tilmelding

Tilmelding til Ans Rejser på tlf. 7026 0049 eller mail: info@ansrejser.dk

Sidste tilmeldingsfrist er 20. marts

Rejsen gennemføres ved minimum 35 betalende deltagere.

AFREJSE	VARIGHED	PRIS PR. PERSON
08.05. - 12.05.	5 dage	kr. 3.595
Prisen inkluderer:		Tillæg pr. person:
<ul style="list-style-type: none"> • Busrejse i 4-stjernet luksusbus • Ophold i delt dobbeltværelse • 4 x morgenmad og 4 x aftensmad • Transport og udflugter ifølge program (inkl. entréer) • Entré til Keukenhof Blomsterpark • Kanalrundfart i Amsterdam • Dansk rejseleder • Skatter, afgifter samt bidrag til Rejsegarantifonden 		<ul style="list-style-type: none"> • Enkeltværelse kr. 485 • Årsafbestillingsforsikring kr. 252
Valuta: Euro		Hotel 1900 i Bergen 3***
		Et fint hotel beliggende i den hyggelige by Bergen, tæt på havet. Alle værelser med bad, toilet, tv m.v. Alle værelser ligger i stueetage eller på 1. sal.
		Vi bor på Hotel 1900 under hele opholdet og har inkluderet halvpension.
		Se mere på: www.hotel1900.com

YOGA

- måske er det *også* noget for dig?

Yogaholdet starter ny sæson d. 11. januar. Vi dyrker yoga på en grundlæggende og lettilgængelig måde, hvor hele kroppen bliver rørt. Vi får gode råd til foregribelse af de små skavanker, som de fleste af os får, efterhånden som vi bliver ældre, alt imens vi hører om yogaens væsen på en gemytlig og uhøjtidelig facon.

På yogaholdet:

- er der god atmosfære
- er der plads og udfordring til alle
- øver man sig i at erkende og udfordre egne muligheder og grænser
- er der fokus både på fysisk aktivitet og kontrolleret afslapning

Overvejer du, om yoga er noget for dig, så ring på nedenstående nummer og aftal en uforpligtende prøvegang, før du beslutter dig.

Tid: Onsdage kl. 10.00 – 11.30.
Sted: Store sal
Pris: 400 kr. for 10 gange
Instruktør: Hartwig Quelle
Kontaktperson: Karin Øxenholt,
22 84 27 16, karin@oexenholt.dk



En sund bank



Tilst Skolevej 31
8381 Tilst • 8630 3670

 **DJURSLANDS BANK**
- vi bygger på lokale værdier

Whist

Der er plads til enkelte spillere.
Både piger og mænd.



Vi spiller den anden tirsdag aften i
hver måned fra kl. 19 - 23.

Er du interesseret så henvend dig
til: Knud Thomsen 40 78 40 10/
86 24 15 68.



Med venlig hilsen - Knud Thomsen



HM!

Han havde 40 års fødselsdag og havde glædet sig til dagen. Blandt de mange gaver var en flad pakke fra hans kone. Da han fik den pakket ud, viste den sig at indeholde en bog med titlen ”**Mandens sexliv efter de 40**”.

Bogen blev lagt til side, for at han senere kunne studere den.

Stor var hans overraskelse, da han hen på aftenen diskret lukkede bogen op: **Den indeholdt 100 tomme sider!**

Kom og vær med i Strikkeklubben



Vi mødes hver tirsdag

Kl: 13:00 - 15:00

Har du ønsker eller problemer med dit strikkesæt, taler vi om det.

Vi tager gerne mod bestillinger - også sokker i store størrelser.

PS: Vi sælger ud af vort lille lager af strikkede ting.

Kom og vær med til et par hyggelige timer, der er plads til flere.

Astrid og veninderne



Tæt på dig og din hverdag

SABRO. Vistoftvej 38. 8471 Sabro. Tlf. 86 94 84 75

Åbent hver dag kl. 7.00 – 21.00

***Mad ud af huset – frokost / buffet / middag
Dagens ret og salatbar - Friskbagt brød hver dag***

Tips/lotto- og håndkøbsudsalg samt lev. og afh. af pakker

***Flot blomsterafdeling, der kan tilgodese de fleste ønsker
med spændende blomsterarrangementer til alle formål.***

OK Tanken på hj. af Viborgvej/Vistoftvej har åbent hele døgnet.

Bilvask hver dag kl. 7.00 – 22.00



Sundhedsklinikken på Sabro Lokalcenter



er et gratis tilbud til alle borgere i lokalsamfundet, der kan komme uden henvisning eller visitation og få

hjælp eller rådgivning

Kom og hent en folder på centret,
hvor du kan finde alle nødvendige oplysninger.

Åbningstid hver mandag og torsdag kl. 10-12

Sundhedsenheden tlf. 87 13 46 78



Sundhedsklinikken i Tilst
alle hverdage kl. 8-12



Benyt vores klinik i videst muligt omfang.

Det kan være farligt at gå rundt med for højt blodtryk – så kik ind på klinikken og få målt **dit blodtryk**



Brugerrådet
Sabro Lokalcenter
Sabro Kirkevej 151
8471 Sabro



Forside Brugerrådet Cafén Aktivitetsoversigt Arrangementer Telefonliste Referater 2016 - 2018 links Centerposten 2016 Opslag Senior-Netcaféen Billedgalleri

Næste arrangement

Velkommen til brugerrådets hjemmeside [Tilmelding Opdaterings-email](#)

Sabro Brugerråds hjemmeside - NYT

Der sker hele tiden opdateringer på hjemmesiden. På forsiden kan man hele tiden se, hvad der sker i nærmeste fremtid [**Næste arrangement**]. Du kan også tilmelde dig til en [**Opdaterings-email**], så får du en mail, når der er store ændringer på hjemmesiden.

SIDSTE nyt på hjemmesiden er, at der er kommet 'Billedgalleri' – her forsøger jeg at sætte billeder op, som er taget fra de forskellige arrangementer, som Brugerrådet har arrangeret eller været med til at lave.

Noget nyt er også, at der under fanebladet '**Opslag**' kan ses de forskellige aktiviteters opslag. Hvis der skulle være behov for at få oplysninger eller anden information ud til medlemmerne, så kan man skrive en mail til webmaster – brug [trykknop].

John Envoldsen
Webmaster

Der sad en solid, ældre jyde i en togkupe. Han sagde ikke noget, pattede bare på piben og lod de andre passagerer snakke. En ung fyr skulle være morsom, og på et tidspunkt sagde han til de andre i kupeen:

”Jeg tør væde på, at den gamle knark der ikke kan sige tre ord i sammenhæng.”

Den gamle tog piben ud af munden og sagde sindigt:

”Do hår tavn.”

Selvstændigt malehold

Onsdage kl. 13.00 – 15.30

I terapilokalet.



Deltagere på maleholdet inspirerer og hjælper hinanden, materialevalg er frit:

Olie – akryl – akvarel – kridt – decoupage.

Man medbringer selv det, man har lyst til at arbejde med samt det gode humør.

Efter aftale arrangerer vi selv ture for at se på kunst.

Mød op og se, hvad du måske går glip af – der er plads til flere kreative på holdet.

Evt. oplysninger på tlf. 86 94 82 49

Med venlig hilsen

Bodil Kjær

AN Planteservice

v/ Arne Nielsen

Stort udvalg af grønne

og blomstrende planter

Friske buketter hver dag

Åbent:

Hverdage: Kl. 10.00 – 17.00

(Lukket mandag)

Weekend: Kl. 10.00 – 14.00

Hovvejen 60 A – Markusminde

Tlf. 86 94 95 00 – 40 58 54 46



Aktivitetskalender

JANUAR

2. januar	19.00	Fernisering Sabro Kunstforening
5. januar	13.30	Banko
10. januar	14.30	Gudstjeneste i Solskinsstuen med hygge og gratis kaffebord
10. januar	19.00-23.00	Whist
19. januar	14.00	The Beatles Ole Bech, guitar og sang, og Henning Ladefoged Jeppesen, klarinet og saxofon, kommer og synger Beatles melodier.
26. januar	12.00	Herrefrokost

FEBRUAR

2. februar	13.30	Banko
2. februar	19.00	Fernisering Sabro Kunstforening
14. februar	19.00-23.00	Whist
16. februar	19.00	Vinsmagning. I H.C. Andersens fodspor

21. februar 14.30 Gudstjeneste i Solskinsstuen med
hygge og gratis kaffebord

28. februar 12.00 Damefrokost

MARTS

6. marts 13.30 Banko

2. marts 19.00 Fernisering Sabro Kunstforening

14. marts 14.30 Gudstjeneste i Solskinsstuen med
hygge og gratis kaffebord

14. marts 19.00-
23.00 Whist

16. marts 10.00-
16.00 Damernes Butik. Tøjsalg og
opvisning (kl. 14.00)

17. marts 17.00-
21.30 Gråspurvvene underholder. Med
spisning.

23. marts 10.00-
16.00 Norlog Sundhedsfodtøj.
Demonstration og salg af sko m.m.

30. marts 17.30 Forårsfest

Rejsetilbud til Holland 8. – 12. maj 2017. Se annonce i bladet.



Telefonliste	Sabro Lokalcenter	Hoved. Nr.	87134700
Administrationen	er åben	Man-fred. ml. Kl. 8-15	
Området Vest	Navn	Træffetid	Telefon nr.
Område chef	Jette Harreskov		87134690
Viceområdechef	Lene Lindhardt		87134740
Viceområdechef	Dorthe Schou-Hansen		87134665
Teamleder/Cafe/Rengøring	Lene Collin		87134775
Forstander Plejehjemmet Sabro	Karen Juul		87134650
Sundhedsenheden Vest	Borgerk/Sygepl.	Hverdage kl. 8-15	87134678
Sundhedsklinikken Sabro	Hver mandag torsdag	Kl. 10-12	87134678
Sundhedsklinikken Havkær	alle dage	Kl. 8-12	87134660
Forebyggelseskonsulent	Ida M. Hovgaard	Kl. 8.30-9.00	87134697
Forebyggende Hjemmebesøg	Træffes man-fred.	Kl. 8.30-9.00	21996941
Ergoterapeut, træffes man-fre	Ring - Sundhedsenheden		87134678
Fysioterapeut	Ring - Sundhedsenheden		87134678
Kontinenssygeplejerske	Gitte Holm	8.00-15.00 (Havkær)	87134678
Demensnøgleperson	Ellen Finlov		41855102
Hørevejlederen	Aarhus Kommune	Mand.-fred. 8.30-12.00	78479300
Lokaleudlån	Værtinde		41859436
Brugerrådsformand	Flemming Krarup	Mandag 10.30-11.30	29644076
Frivilligkoordinator	Mariane B. Nedergaard		87134750
Selvtræner og fitness	Inge og Jørn Skrivers		40305049
Alarmcentralen			112

Politi			114
Politi			87311448
Falck			70102030
Lægevagten (ring først)			78469787
Skadestuen (ring først)			87315050
Døgnvagten Brandstationen			86121021
Midttrafik Info - Bus			70210230
DSB – oplysningen			70131415
Telebus		(Handicapservice)	87408300
Patientbefordring			70236248
Skejby Sygehus			78450000
Aarhus Kommunehospital			78450000
Borgerservice, Rådhuset			89402222
Udbetaling Danmark: Folkepension og Boligstøtte		Kongens Vænge 8 3400 Hillerød	Mandag-onsdag kl. 8-16 Torsdag kl. 8-18 Fredag kl. 8-15
Boligadministration			70128061 70128063 89406663
Sognepræst ved Mette Charlotte Andersen		Fårup – Sabro	29442719
Sognepræst ved Vini Madsen		Borum Lyngby	86948302



Navn og tlf. nr. på kontaktpersoner

Arrangementsudvalg	Flemming Krarup Hanne Krarup Poul Øxenholt	29 64 40 76 20 13 50 90 40 54 88 20
Bjæskhold	John Envoldsen	40 47 19 52
Blomsterbinding	Henny Overgaard	20 73 86 53
Brugerråd	Flemming Krarup	29 64 40 76
Data	Poul Øxenholt	40 54 88 22
Gymnastik	Ingrid Skifter	86 94 84 01
Knipling	Birthe Pedersen	86 94 90 90
Kortspil	Knud Thomsen	40 78 40 10
Kost og Motion	Bodil Kjær	86 94 82 49
Krolf	Vagn Hansen	20 14 2218
Kunstforeningen	Doris Nielsen	21 19 39 64
Malehold	Bodil Kjær	86 94 82 49
Mode	Hanne Krarup Kirsten Fredsbo Andersen	20 13 50 90 51 50 02 69
Pensionistforening	Inge Foghsgård Degn	86 26 26 37
Rejseholdet	Hanne Krarup Kirsten og Peter Fredsbo Andersen	20 13 50 90 51 50 02 69 30 74 88 20
Seniordans	Bodil Hegelund	86 46 85 88
Strikkeklubben	Astrid Thykjær	55 73 04 69
Træværksted	John Envoldsen	40 47 19 52
Yoga	Karin Øxenholt	22 84 27 16

Det lune Smil

Uden for skolen var der fundet et par små, strikkede vanter. Lærerinden viste dem frem i 1. klasse og spurgte, om der var nogen, der ville kendes ved dem.

Dyb tavshed. Så siger lille Søren med en eftertænksom panderynken: *"Ja, det kunne nu godt ligne mine, men det kan det ikke være, for de er jo blevet væk."*

Peter Marius havde stort fødselsdagsgilde, og der blev ikke sparet på noget, hverken på de våde varer eller på talerne. Et godt stykke hen i festen rejste Søren sig op, og forventningsfuld tavshed bredte sig, for hvad ville han sige?

Der gik et godt stykke tid i tavshed. Så gav hans nabo ham et lille puf. "Nå, hvad bliver det til, Søren. Hvad vil du sige?"

"Nå, jeg vil i grunden ikke sige noget – jeg fik bare lige med et lyst til at se, om jeg kan stå op endnu!"

Brødvognen kom ind i gården, og konen bad den mindste af drengene om at gå ud at hente friskbagt franskbrød. Aftenen i forvejen havde drengene leget med "matadorpenge", og da bageren sagde: "Tak, det bliver 4,75", stak drengen ham en af sine femkronesedler i hånden.

"Nej, Jens. Den går ikke," sagde bageren. "Den er vist hjemmelavet."

Ja, er dit brød da ikke det?"

Verner havde det med at kigge ind på et værtshus eller to, når han var på vej hjem fra arbejde. Sommetider havde han da også en lille ansats, når han nåede hjemmet. Det passede ikke rigtig Karoline, og selv om hun var en overbærende natur, kunne hun ikke altid tie stille. En dag, da Verner dukkede op i løftet stemning, sagde hun:

"Jamen, altså Verner, kommer du nu igen fra kroen?"

"Tja," sagde Verner, *"Jeg kan jo ikke blive der hele tiden."*

Café Sabro

Stedet hvor man spiser godt.

Caféen kan benyttes af alle og ikke kun af beboerne på Lokalcentret.

Så tag hele familien med og få noget godt at spise.

Åbningstider: 10:00 – 13:00 på alle hverdage.

Nyd dagens ret

Lune/kolde retter

Smørrebrød

Salater

Kaffe og kage.



Menuen kan du se inde i caféen eller på

www.sabrobrugerraad.dk

Du kan også finde os på [facebook](#)

'Caféen Sabro Lokalcenter' - husk at tilmelde dig.

Håber, at vi ser jer - og god appetit.

