

Nyhedsbrev

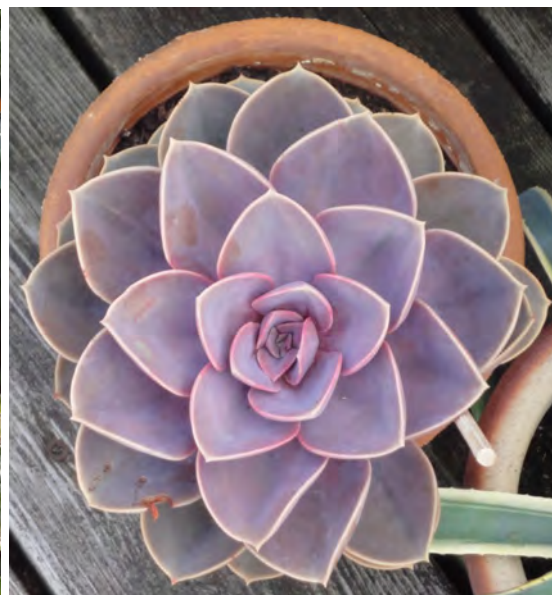
Tur til Christianshavn.....	2
Udskiftning af vinduer.....	3
Foredrag af en biavler	4
Kulturgruppen	5
Stormens hærgen	5
Besøg hos Bente.....	6
Ny i job	7
Annes rejser	8 & 9
Kobberbryllup	10
Nyt om navne.....	11

Hvilken herlig sommer

Overskriften fortæller næsten alt, men hvor har vi nydt denne dejlige sommer.

Vi har fået gang i vores haveprojekt. På billederne nederst kan du se, at vi har høstet masser af tomater, agurker, og kryddergrønt, chilli m. m. Vi havde bare et problem, havegruppen var de samme personer, som arbejder i køkkenet, og det samme var Anne-Sofie, som var vores "madmor". Haveaktiviteten måtte derfor være en eftermiddagsopgave, og på det tidspunkt er gassen gået af ballonen for de fleste af os. Det må vi finde en løsning på til næste år.

Vores blad bærer også præg af vores sommerudflugter. Det har været herligt at tage ud i det grønne, opleve noget nyt sammen med nogle dejlige mennesker.



HovedHuset – Et clubhouse



Vores tur til Christianshavn i juli 2013

Af Kirsten Andersen

Vi fik en fin tur til Christianshavn i bagende solskin og med godt humør. Vi gik først tur langs kanalen og derefter besluttede vi at besøge Vor Frelser kirke. Vi gik i samlet flok hen til kirken, som nok mest er kendt for sit specielle tårn, som man kan gå op i. Det gjorde vi dog ikke. Derimod gik vi hen til en nærliggende cafe og fik os en rigtig dejlig frokost, som virkelig blev nydt. Bagefter sad vi og slappede af, nød solen og en kop kaffe. En rigtig dejlig dag.



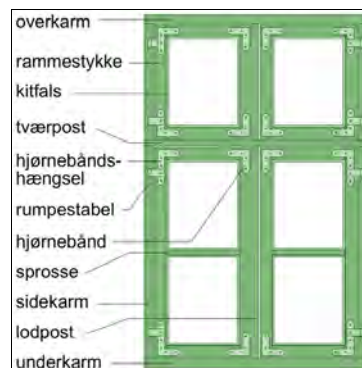
HovedHuset – Et clubhouse

Udskiftning af gamle vinduer skabte sammenhold i støvet

Af Kirsten Andersen

Vi fik nye vinduer i juni måned. Vi havde døjet med de gamle vinduer, som var meget slidte og utætte.

Håndværkerne klarede arbejdet hurtigt og fint, men det kunne ikke undgås, at der var lidt udfordringer for os nogle af dagene. B.l.a. måtte vi holde enhedsmøder i cafeen og frokost måtte vi købe udefra og ligeledes spise i cafeen. Vi lærte at sætte endnu mere pris på vores vante lokaliteter.





Foredrag af en biavler

Af Bente Jensen



Vores medlem Lisbeth Lindharts mand, Jens, er ivrig biavler, og vi har været så heldige at kunne købe deres dejlige byhonning. Nu var tiden så kommet til, at Jens skulle komme og fortælle om biavl. Jens havde taget flere ting med, som man bruger til biavl.

Lisbeth og Anne-Sofie havde dagen før bagt en dejlig kage med rabarber, som vi hyggede os med. Det var en dejlig kage, men der var flere, der var utilfredse med, at der ikke var flødeskum. Vi er jo meget fedtforskrækkede her i huset, derfor prøver vi på at være sunde.

Jens startede med at vise en film om bier, som fortalte meget om biavl. Her kommer lidt af det, vi fik fortalt.

En bifamilie består af: én dronning, nogle droner og en masse arbejdsbier. Få dage efter dronningen er krøbet ud af cellen, flyver hun ud for at parre sig med ca. 15 droner. Det sker højt oppe i luften, hun gemmer sæden resten af sit liv. Dronningen er den eneste der lægger æg, om sommeren kan hun lægge op til 3000 æg i døgnet. Arbejdsbierne nusser, fodrer hende med gele royal, og vasker (slikker) hende. Arbejdsbierne er alle hunner, og har mange forskellige opgaver. De holder boet rent, fodrer yngel, bygger celler, og nogle holder vagt. Alle bierne fra boet lugter ens, så kun dem med denne helt unikke lugt bliver lukket ind.



Dronerne er hanner. Bierne afgør hvornår der skal laves droner. Dronningen lægger ube-frugtede æg, som udvikler sig til droner. Der er kun brug for droner om sommeren, når de nye dronninger skal parres.

Om efteråret bliver dronerne smidt ud, da de ikke skal bruges. Det er altså kun dronningen og arbejdsbierne, der overvintrer.

Efter at have set filmen, var der mange spørgsmål, som Jens svarede på. Vi fandt hurtigt ud af, at det er en hel videnskab at have med bier at gøre. Jeg sad lidt og sammenlignede biernes boenhed med en arbejdsplads, men det vil nok ikke fungere, at arbejderne smider chefen ud, når de synes, at han ikke fungerer optimalt, men det er sådan det fungerer for bierne. Det var meget spændende at høre om biernes verden. Jeg tror alle fulgte det med interesse, og Jens fortalte på en god og levende måde.



Kulturgruppe

Af Anne Dulong



Vi afholder møder i kulturgruppen hver torsdag fra 13.15 til 14.15.

Hvad laver vi egentlig i kulturgruppen?

Vi ser film (enten i biografen eller her i huset)- eller går på kunstudstillinger, til foredrag eller ud i naturen.

Kom og vær med! ☺

Stormens hærgen over København, mandag den 28. november 2013

Af Marianne Lyng

Jeg gik kl. 13 fra HovedHuset, for at være sikker på at komme hjem inden stormen kom susende. En halv time efter jeg var kommet hjem, hørte jeg i radioen, at der var en personpåkørsel på Nørreport station, som afstedkom, at togdriften på Nørreport var indstillet. Omkring kl. 16 blev alt togdrift indstillet, dels fordi der var væltet 2 træer ved Dyssegård station og et tag var blæst ned på Lyngby station og spærrede for togdriften.

Tidligere på dagen, da stormen ramte Syd og Sønderjylland, var både tog og busser indstillet her. Alle broer blev lukket, fordi det var for farligt at færdes på dem.

Heldigvis skete der ingen skade her i HovedHuset, hyndeboksen var taget ind og alle løse genstande var fjernet fra tagteressen. Jeg kan se, at der er nogle tagsten som har taget skade på huset overfor og der er sat afspærring op, på grund af risiko for nedfaldne tagsten.

Jeg kan hver dag følge stormens hærgen, når jeg tager toget fra Farum til Nørreport. Der ligger havestole, borde og trampoliner og flyder i haverne, ikke at forglemme alle de væltede træer, både i haver og Hareskoven, som endnu ikke er blevet fjernet. Jeg har også observeret to drivhuse som er ødelagt, det ene har mistet alt glas, det andet er simpelthen krøllet sammen.



HovedHuset – Et clubhouse



Besøg hos Bente

Af Kirsten Andersen

Bente inviterede til grillarrangement hos hende og Willie i juni måned. Vi havde en dejlig dag med masser af god mad og gode oplevelser.



Villy i fuld gang med at grille.



Der blev sludret, mens vi nød maden.



Birgit i gang med at servere maden.



Der blev spillet kongespil i haven - og Bente og Anne-Sofie vandt spillet.



Værtsparet Bente og Willie.

De er bare så søde! !



Michel har fået arbejde – Tillykke!

Af Anette Rohde

Michel er blevet ansat i fleksjob i virksomheden Nordisk Brød som chauffør. Nordisk Brød har bageri i Holmbladsgade og en café på Vesterbro, som hedder Surdej. Derudover har de et bageriudsalg i Istedgade. Michel transporterer brødet fra bageriet ud til bageriudsalg og café. Det er et fleksjob på 8 timer om ugen og timerne er fordelt på alle hverdage fra kl. 05.30-07.00. Michel blev anbefalet at søge jobbet af en af sine bekendte. Michel kontaktede selv bageriet og fik tilbudt jobbet.

Glæden ved at være i arbejde

Michel synes, det er dejligt at være i arbejde. Han fortæller, at han altid er i et strålende humør, når han har været på arbejde. Han beskriver, at glæden han oplever ved at være i arbejde skyldes, at han føler sig normal og at han kan bruges til noget.

Den sociale kontakt har også stor betydning for Michel. Han har nogle gode kolleger – ud over hans chef er der to bagere og én konditor. Derudover er der nogle medarbejdere, som betjener kunder i brødudsalget og cafeen. Selv om Michel sætter pris på den sociale kontakt mellem opgaverne, er han glad for, at jobbet som chauffør giver ham mulighed for kunne gå og passe sig selv med arbejdsopgaverne.

HovedHuset har været en stor støtte

Michel har været meget glad for at være i HovedHuset. Han oplever, at tiden i huset har rustet ham til at komme ud og arbejde igen, fordi han gennem opgaveløsningen har fået mere selvtillid og tro på, at han kan noget, både gennem egne erfaringer med opgaverne og den feedback, han har fået fra andre medlemmer og medarbejdere. Vi ønsker Michel tillykke med jobbet og glæder os til at følge med i, hvordan det går, når vi mødes på ERFA-møderne.





Mine rejser

Af Anne Dulong

Kina

Jeg har altid gerne villet til Kina – første gang i 1989, da de studerende gjorde oprør på Den Himmelske Fredsplads. Da jeg så fyldte 60 år, så syntes jeg at det var tid til at tage af sted. Jeg har svært ved at fastholde og beskrive, alt det jeg har oplevet, fordi jeg har set så meget. Når jeg kigger rejseguiden igennem kan jeg godt kende nogle af de steder, jeg har været. Jeg har taget rigtig mange billeder – men noget af det jeg kan fastholde er Den Himmelske Fredsplads og den store mur. Den store mur har haft en betydning som forsvarsværk men ikke noget, der står i forhold til det kæmpe slid, der er lagt i den. Jeg har beskrevet nogle af højdepunkterne fra min tur til Kina nedenfor.

Beijing

Den Himmelske fredsplads er en kæmpe plads. Da Mao døde i 1976 samledes der næsten en million mennesker på pladsen.

Suzhou

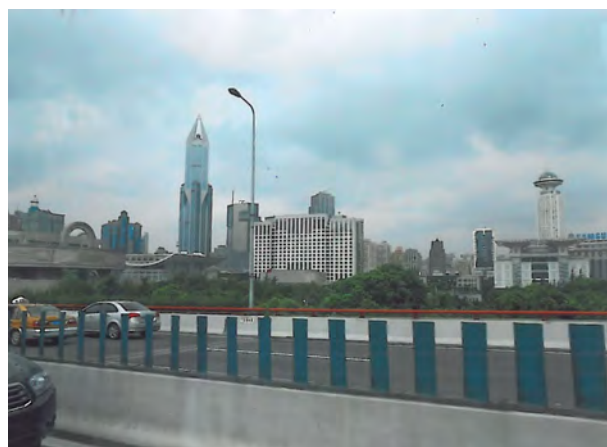
I byen Suzhou var det lige som de venezianske trapper ned til kanalerne, så man kunne faktisk se folk sidde udenfor og plaske rundt. Det var tit nyforelskede par, der sad der. Vi sad og drak ingefærte ned til kanalen – det var hyggeligt. I Suzhou er der også et temuseum – der drak vi te, som langsomt sprang ud som en lotusblomst. Vi besøgte også et silkemuseum, hvor der både var herre- og dametøj, puder, sengetøj m.v. og her fik jeg handlet en masse. Et andet sted vi besøgte i Suzhou var "Den Ydmyge Administrators have", som er med på Unescos liste over verdens kulturarv. Vand er det centrale i haven, så man går hele tiden over broer. I denne have er der 200 forskellige arter azaleaer om foråret. Vi spiste frokost i denne dejlige have.



Den Himmelske Fredsplads



Muren



Shanghai



Mine rejser

Af Anne Dulong

Shanghai

I byen Shanghai kunne man gå på "The Bund", som er en bred havnepromenade langs Huangpu-floden. The Bund er blevet Shanghais største tilløbsstykke, hvor millioner af kinesiske og udenlandske turister hvert år fotograferer, hvad der sker med den udviklingszone, som i 1990 var rismarker. Der er mange spisesteder på The Bund og her spiste vi Peking and på min 60 års fødselsdag. Jeg blev fejret med en lagkage, fik en krone på med seks lys og fik gaver. Det var alle tiders aften.

Afslutning

Jeg har det sådan, at måske skal jeg besøge Kina igen – men så skal det være Lhasa området, som er der, hvor Dalai Lama er: gennem hans personlighed og tro på at løse alle problemer på fredelig vis, giver han andre motivation til at arbejde for en fredeligere verden.

Det betyder meget for mig at besøge steder forbundet med en vis åndelighed. Et andet sted jeg også har drømt om at besøge hele mit liv er Rom for at se midnatsmessen. Denne drøm blev opfyldt i julen 2012.



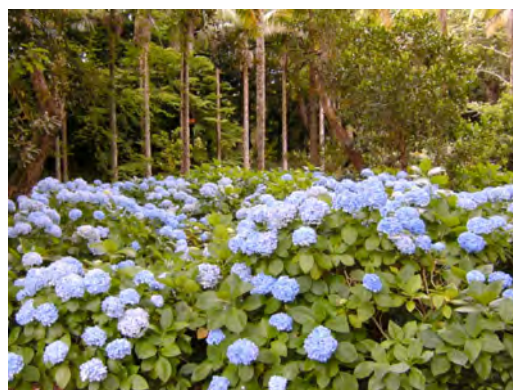
Colosseum i Rom

Azorerne

I maj i år var jeg på Azorerne. Azorerne er en portugisisk øgruppe i Atlanterhavet. Der er 9 øer og de er alle af vulkansk oprindelse. Azorerne er et meget smukt sted, hvor man kan se meget natur, der er grønt alle vegne og et rigt blomsterliv. Jeg var på øerne Saint Michel, Faial og Pico. Vi havde også nogle kulturelle oplevelser og det var jeg glad for.



Den Blå Sø



Horthensiaer på Azorerne



Til kobberbryllup hos Michael

Af Bente Jensen

Pludselig en dag modtog vi en invitation til kobberbryllup hos Michael og Hanne. Vi var en stor flok der tog af sted, det er jo ikke hver dag vi får invitation til ud af huset arrangement. Det er altid populært, når vi skal ud af huset. Det er rart at opleve noget nyt sammen med søde mennesker. Michael og Hanne bor i hus i et hyggeligt villakvarter i Hvidovre. Vi var indbudt til spisning. Det var et flot traktament. Det er dejligt, at se, at kærligheden kan overleve på trods af den voldsomme tur, som Michael har været igennem. Vi sad ved to store borde i stuen, og hyggede os med den lækre mad. Efter en dejlig kop kaffe med lækker kage og ostebord, guidede Michael os en tur rundt i haven i det skønne vejr. Nu var det tid til at tage hjem. Jeg er sikker på, at alle hyggede sig hos Michael og Hanne.



HovedHuset – Et clubhouse



Nyt på Praktik- og jobfronten



Michel Gullberg

Michell er blevet ansat i flexjob hos Nordisk Brød som chauffør. Læs mere på side 7.



Nyt medlem og ny medarbejder



Marianne Lyng,
Medlem



Maj-Britt Gille,
Enhedsmedarbejder i
køkkenet, vikar

Runde fødselsdage



Marianne Lyng

60 år, den 5. december
Et stort tillykke

