



Fortegårds NYT

21 . årgang

218. udgave

November 2024

Fortegårdens boliger

Bestyrelser og råd

CuG

Fortegårdens Plejecenter





Indhold:

Leder	3
Sangformiddag og tema tirsdag.....	4
Fortejazz	5
Film i kunstforeningen.....	6
Teater.....	7
November film.....	8
Læsekredsen mm	9
Nyt fra teknisk afdeling mm	10
Gudstjenester	11
Kirke på vej mm.....	12
Løbende aktiviteter	13
Invitation til julefest med beboerforeningen .	14
Bestyrelser og råd	15
Kryds og tværs	16
Nyt fra data stuen.....	17
Fortefitness	18
Mærkedage	19
November menu	20



Ansvarshavende redaktør:

Karin Short, ksh@aarhus.dk

Redaktionsudvalg:

Ellinor Conradsen, korrektur

Redaktionen:

Indlæg skrives pr. e-mail til: ksh@aarhus.dk

eller: reception@fortegaarden.dk

Indlæg til bladet modtages gerne.

DEADLINE er d. 15. i måneden.

Bladet udkommer 10 gange årligt d. 1. i måneden, dog **ikke** i januar og juli måned

Oplag:

300 eksemplarer. Løssalg kr. 20.

Omdeles til beboere i Fortegården.

Beboerbladet FortegårdsNYT udgives af

Den selvejende Institution Fortegården.

www.fortegaarden.dk

Fortegården

Plejecenter og Ejendomskontor

Tlf. 86 17 81 44

Mail: reception@fortegaarden.dk

Receptionen er åben:

Mandag - fredag 10.00 - 13.00

Teknisk afdeling:

Viceværterne, Femmøllervej 10, Risskov

Kontortid:

Mandag - fredag 08.00 - 09.00

Tlf. 20 26 26 37

Café Fortegården

Ellebjergervej 14 K. 86 17 81 44 lokal. 206 (tast 4)

Beboerrepræsentationen

Lena Ripa Damhoff Tlf: 61 10 41 38

lenadamhoff@gmail.com

Beboerforeningen

Formand Sven Poulsen Tlf: 23 96 74 94

birnpoulsen@gmail.com

Centerrådet / Center uden Grænser

Kontaktpers.: Bente Møller Rasmussen

bentemoellerrasmussen@gmail.dk

LEDER



Med venlig hilsen

Karin Short



Fortegårdens værdier

Vi er:

En organisation, der er klar til nye udfordringer.

Et sted, hvor jeg gerne vil leve som ældre.

Et sted, hvor fællesskab og god vilje trives.

Efterårets hygge og sysler – En tid til fordybelse og fællesskab

Efteråret er over os. Bladene falder gyldent fra træerne, luften bliver skarpere, og dagene kortere. Denne tid på året er en gave til os, der søger ro og nærvær midt i en travl hverdag. Mens sommeren byder på udendørs eventyr og solrige aktiviteter, inviterer efteråret os indendørs – til varme stunder med tæpper, stearinlys og en kop dampende te eller kaffe. Det er en årstid, hvor vi trækker os lidt tilbage og søger hygge og fordybelse.

Men hyggen i efteråret er ikke blot begrænset til varme stuer og langsomme morgener. Det er også en tid til at genopdage de små, men betydningsfulde sysler, der bringer os tættere på naturen og hinanden. Hvem har ikke glædet sig til at tage en gåtur gennem skovens knitrende blade, eller til at samle kastanjer til kreative projekter med børnebørnene? Efterårssysler som strikning, bagning af kanelnegle eller hjemmelavede græskarudskæringer er ikke bare hyggelige aktiviteter, men en måde at genfinde den enkle glæde ved at skabe noget med egne hænder.

Når mørket falder tidligt, og vinden rusker i træerne, er det også en mulighed for at styrke fællesskabet. Efterårsaften kan bruges til brætspil med familien, fælles madlavning, eller filmhygge med vennerne. Det er en tid, hvor vi kan finde sammen og dele oplevelser, i stedet for at være optaget af den evige jagt på effektivitet.

I en tid, hvor tempoet i samfundet sjældent sænkes, og hvor vi ofte bliver fanget i hverdagens rutiner, kan efterårets langsommelighed føles befriende. Hyggen og syslerne minder os om, at vi kan finde glæde og ro i de små øjeblikke – en kop varm kakao, et godt stykke litteratur, eller duften af friskbagt brød. Det er netop i disse stunder, vi finder balancen mellem aktivitet og hvile, mellem fordybelse og samvær.

Så lad os omfavne efterårets stemning, ikke som en tid for kedelige, mørke dage, men som en invitation til at skabe små lommer af hygge og glæde. Lad os tage os tid til de sysler, der giver os nærvær – og huske, at det enkle ofte er det mest værdifulde.



Inviterer til

Tema tirsdag og sangformiddag

Tirsdag d. 5. november kl. 10.00-12.00

I store sal på Fortegården



Søren Jensen er organist, musiklærer og foredragsholder. Han var i mange år kapelmester i Aarhus revyen og >> Årets revykomponist<< i 1999.

Revygenren har gennem tiden haft et lidt blakket ry, men på den anden side er der også skrevet en lang række revyviser, der stadig holder i dag. Måske rører de ved noget evigt og alment menneskeligt, men også, fordi de på en elegant og humoristisk måde beskriver den samtid, de blev skabt i. I dette foredrag skal vi høre om revyens særpræg, genopfriske lidt danmarkshistorie, og - ikke mindst - synge med på de gode og sjove sange

Alle er velkomne

Entre 50 kr.

Kaffe og ½ rundstykke er inkluderet i prisen.

Foredrags- og musikudvalget

Novemberjazz med



Sax: Niels Barfod

Guitar: Jørgen Lumbye

Trompet: Johnny Albrecht

Bas: Mogens Bennekov

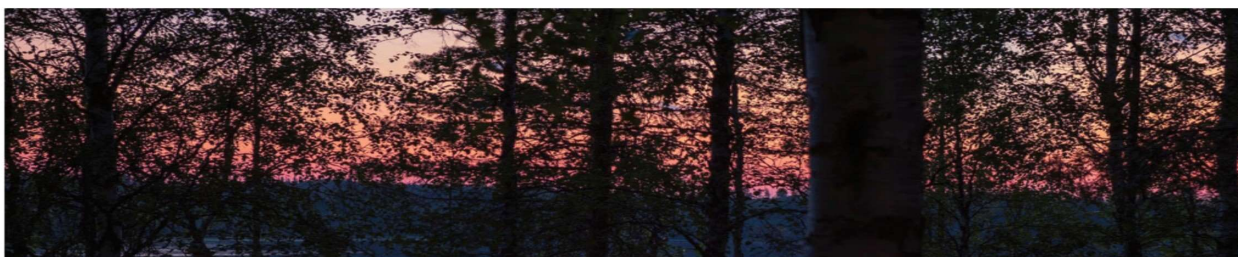
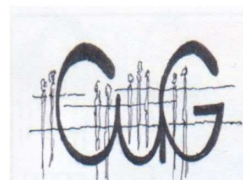
i Café Fortegården
torsdag den 14. november kl. 17 - 19.
Kom og hør sang og soft jazz.



Der vil selvfølgelig være salg af drikkevarer i caféen,
og der serveres suppe ifbm. arrangementet.

Husk!!
Afregning af drikkevarer og suppe
kan kun ske med kontanter.

NB! Fortejazz i december
er torsdag den 5. december kl. 17 - 19!!!





Kunstforeningen inviterer til filmaften

Torsdag den 7. nov. 2024 – kl. 19.30

I Store Sal Fortegården

Vi viser 2 film om Kirsten Kjær, der levede 1893 – 1985.

Film 1.

Kirsten Kjær og hendes museum.

Kirsten Kjærs museum i Langvad ved Frøstrup ligner ikke noget andet sted i Danmark, men kan minde om et selvgroet, lidt anarkistisk miljø på Christiania. I filmen fortæller Harald Fuglsang om den originale kunstner Kirsten Kjær og hendes bevægede liv. Uden offentlig anerkendelse skabte hun en strøm af portrætmalerier, der fastholder både kendte og ukendte personligheder fra Det 20. århundrede.

Film 2

Kirsten – en hjertets vagabond –

Da maleren Kirsten Kjær var 88 år fortæller hun i denne film sit begivenhedsrige liv i Danmark og udlandet; et liv, som altid har haft kunsten i centrum.

"Man skal altid sørge for at kalde glæden frem i menneskesindet."

Fortæller maleren der har gjort portrætmaleriet til sin genre. Filmen veksler mellem malerier og fortælling, og har desuden optagelser fra Kirsten Kjærs Museum i Langvad.



Der kan købes vin, øl og vand.

Filmaftenen er kun for medlemmer af kunstforeningen.

På kunstforeningens vegne Jørn Westergaard

Jul på Næsbygård

**Teatergrupper Hugin og Munin
opfører erindringsteater
tirsdag d. 3/12 kl. 10.30
i den store sal.**



Jul på Næsbygård

En sjov, spøgefuldst og veloplagt juleforestilling af Teateret Hugin og Munin med masser af juleminder og juletoner.

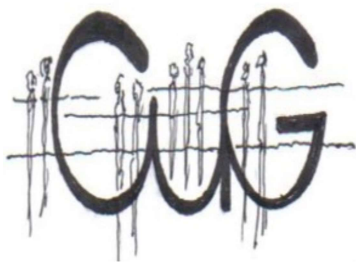
Næsbygårds vicevært der ser bragende godt ud, er blevet enke-mand. Det sætter fut i Alice og Grete der kæmper om at blive hans næste udkårne.

Juleklokkerne ringer, portvinen forsvinder og en uventet gæst banker pludselig på døren.

Efter forestillingen er der fællessang.

Billetter kan købes i receptionen for 75 kr. stykket frem til d. 29.11. Da der er begrænset antal sælges billetterne først til mølle.

Med venlig hilsen Fortegårdens plejeboliger



Filmklubben inviterer!



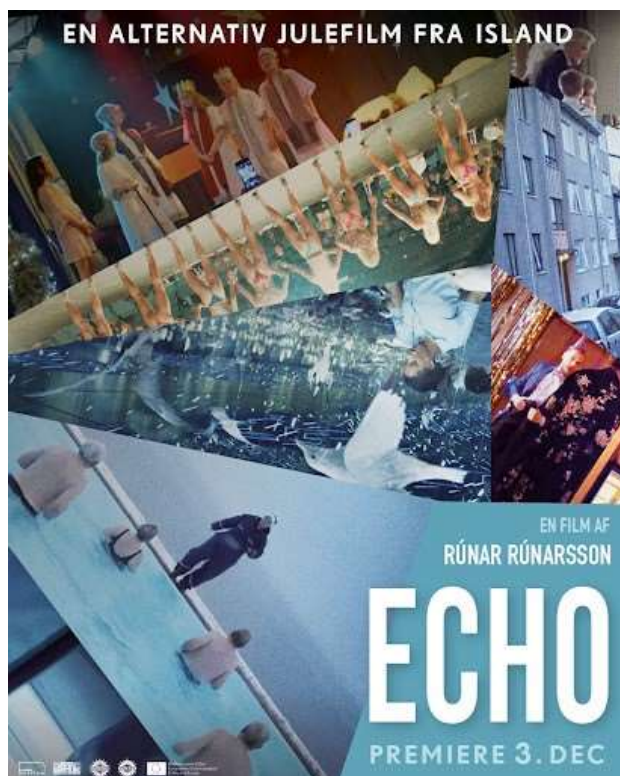
**julefilm d. 20. November kl. 15.30 - ca. 17.30
i store sal på Fortegården**

ECHO en Islandsk julefilm, stilistisk, sorthumoristisk og samfundskritiks

Det er juletid på Island, og alle forbereder sig til højtiden, mens den velkendte blanding af forventning og bekymring indfinder sig over hele landet. En forladt gård ude midt i ingenting brænder ned til grunden. Et børnekor synger julesange på deres skole for deres forældres smartphones. En flok slagteriarbejdere danser, mens de skærer i slagte svin. En pige skal holde jul hos sin far og hans ny familie. Effekten er som at vandre i et kunstgalleri i Reykjavik, hvor hvert billede bevæger og påvirker os. ECHO er både svidende skarpt, svimlende smukt og et ømt portræt, som vi har skabt for os selv.

Der er Gratis gløgg/kaffe og 3 æbleskiver til ALLE.

Medlemskort kr. 35, gældende for altid
billetten koster kr. 30,- og vi modtager kun kontanter



Venlig hilsen Birthe Rasmussen tlf. 31 34 24 14 bedst kl. 10-12

Leni Axelsen tlf. 40 47 24 31

Læsekredsen sæson 2024

EFTERÅR 2024:

Nov. Helle Merete Pryds: Det vågne hjerte

Dec. Anne Lise Marstrand-Jørgensen: Sange om stilhed og hjem

Venlig hilsen

Agnete Dorph-Jensen



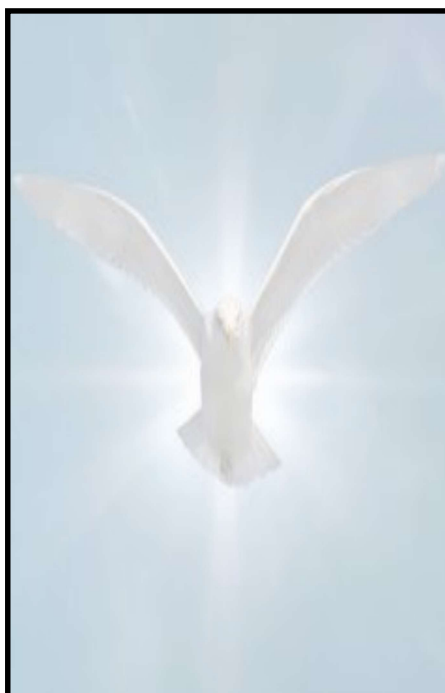
**I EGET HJEM · PÅ PLEJEHJEM · PÅ KLINIK
HANDICAP · VENLIG ADGANG**



KLINIK FOR FODTERAPI

**V/ PETER
SVANE**

SLETTERHAGEVEJ 1
8240 RISSKOV
TELEFON 86 17 47 44



FORTEGÅRDEN ET STED DER ER KLAR TIL NYE UDFORDRINGER



Nyt fra teknisk afdeling

I November måned bliver der skiftet hoveddøre og kælder døre ved Tirstrupvej 9 – 11 – 13 – 15 samt Sletterhagevej 61 – 63 – 65. De beboere der bliver berørt af dette arbejde er orienteret.

Der bliver snarest taget hul på en større oprydning ved fællesarealet ved altansiden på Tirstrupvej 20 – 22 – 24 – 26 – 28.

Anlægsgartnere vil bla. Fjerne berberishæk ved parkeringspladsen og i stedet plante kirsebær laurbær planter, fælde nogle træer og rydde op i selvsået krat i området.

Vi har haft en del henvendelser fra beboere der hører dunkelyde og som er bekymret for om det er varme-rør eller andet i vores bygninger. Lydende kommer fra et piloteringsarbejde i forbindelse med byggeri der finder sted udenfor Fortegården område.

Ombygningen af lejlighed på Ellebjergvej er nu færdig, så slut med håndværker biler der fylder på parkeringspladserne og slut med larm fra boremaskiner sliberi m.m.

Lejligheden er udlejet igen fra d. 01/11.24.

Mvh teknisk afdeling



Efterårets program i CuG Ellebjergvej 14 k.

05.11 kl. 10-12 Tematirsdag og sangformiddag
"Revy til tiden"
v. Organist og musikpædagog Søren Jensen

07.11 kl. 19.30 Kunstforeningen
Film aften

10.12 kl. 19.30 Julekoncert med Østjysk Kammerkor



Jubilæumsskrift !

”For 50 år siden var der nogle mennesker i Risskov, som skuede klart og langt. De så, at der måtte være behov for nogle passende boliger, når man var nået en alder, hvor man gerne ville blive i Risskov, men ikke ønskede at blive boende i eget hus.”

Således indledes jubilæumsskriften, som blev udgivet i forbindelse med Fortegårdens 50 års jubilæum i 2008.

Hæftet kan erhverves i receptionen for 50,- kr.

Gudstjenester i CuG:

**Alle gudstjenester starter kl. 14.30.
Der serveres kirkekafe efterfølgende.**

Torsdag d. 7.11 v. Pia E. Pedersen

Torsdag d. 5.12 Julemøde v. kirkens præster

Tirsdag d. 24.12 kl. 11.00 julegudstjeneste v. Signe Nøhr Kragenæs

**Alle er velkomne
Præsterne fra Ellevang kirke**



I Fortegårdens
store sal

Onsdag den 13. november kl. 10,00

Vi får besøg af sognepræst Karen Togsverd Hansen fra Skæring Kirke, der vil synge og spille sammen med os og fortælle om de salmer vi synger.

Vi mødes i den store sal og lægger 30 kr. til hus og kaffe.

Velkommen I fællesskabet.



Sæt kryds i kalenderen

Torsdag d. 5. december Kl. 14.30

Julemøde med Ellevang kirkes præster m.fl.

I Fortegårdens store sal

Løbende aktiviteter i Fortegården.

Centerrådets aktiviteter Ellebjergvej 14 K

Nærgymnastik: Tirstrupvej 7

Kontaktperson: Susanne Rimmer, tlf. 2261 7811 ; mail: susanne.overdahl@gmail.com

Læsekrede:

Kontaktperson: Agnete Dorph -Jensen tlf. 2619 9433

Røde Kors Nørklegruppe: torsdage i lige uger kl. 10-12.

Kontaktperson: Kirsten Sloth Lave, tlf. 8617 0635

Kirke på vej. 2. onsdag i måneden kl. 10.00-12.00

Kontaktperson: Jens Arne Skøtt, tlf. 5070 1098

Håndarbejdscafé: mandag i lige uger kl. 14.-16.

Kontaktperson: Lise Andersen, tlf. 6186 9920

Kunstforeningen i CuG:

Kontaktperson: Helen Glejsted, tlf 2241 3317 mail: helen.ingstrup@gmail.com

Filmklubben: Som regel hver 3. onsdag i måneden. Se aktuelle datoer i CuGs folder

Kontaktperson: Birthe Rasmussen, tlf. 31342414. og Leni Axelsen 4047 2431

Gudstjenester: I store sal med efterfølgende kirkekaffe - første torsdag i måneden kl. 14.30.

Fortejazz i caféen: 2. torsdag i måneden kl. 17-19.

Kontaktperson: Ruth Rousing, tlf 2485 7706

Beboerforeningens faciliteter

Billedværksted: Tirstrupvej 28, kælderen. Lejlighedsnøgle passer til lokalet.

Kontaktperson: Kjeld Nielsen, tlf. 2031 3025

Værksted 14: Ellebjergvej 14, kælderen. Lejlighedsnøgle passer til lokalet.

Kontaktperson: Leni Axelsen, tlf. 4047 2431

Billardstuen: Tirstrupvej 9, kælderen. Lejlighedsnøgle passer til lokalet.

Kontaktperson: Ole Hammer, tlf. 2423 6530

Bordtennis: Tirstrupvej 9 kælderen. Lejlighedsnøglen passer til lokalet.

Kontaktperson: Lene Riis, mobil: 26197130

Petanquebane: Ved Ellebjergvej 14 K, Center uden Grænser Kontakt: Helen Glejsted tlf: 2241 3317

Hønselaug: Kontaktperson: Leif Bønning, tlf. 4197 3913

Fortegårdens Plantekasser: Kontaktperson: Lone Bay Andersen, tlf. 3024 7099; talsmand for Afdeling III Inge Hammer, tlf. 2423 6530

Fortegårdens Fuglekasser, vildeng og insekthotel: Kontaktperson: Else-Marie Nielsen, tlf. 3025 8786 og Christian Jordansen tlf. 2631 3350

Fortegårdens Fællesdrivhus: Kontaktperson: Annette Bruhn, tlf. 4034 0341

Fortegårdens Systue: Kontaktperson: Birgitte Sjø, tlf. 2991 9118

Fortegårdens Surbundsbede: Kontaktperson Birthe Hornbak, tlf. 3070 9035.

Fortegårdens repair Shop: kontaktperson Bashir Kermali, tlf. 4227 8612

Datastuen

Tirstrupvej 20 i kælderen.

Henvendelse kan ske via mail forte@live.dk Formand: Per Søgaard



**Beboerforeningen i Fortegården afholder igen i år julefest i Cafeen
torsdag den 12. december 2024 kl. 17.00.**

Vi mødes til en velkomstdrink, hvorefter vi går til bords, hvor vi skal have and og flæskesteg med alt tilbehør, herefter får vi risalamande med kirsebærsovs og til slut kaffe med julesmåkager.

Vi synger nogen af de dejlige julesange, og der vil være lotteri med mange fine præmier. Der bliver også mulighed for en svingom inden vi går hjem.

Hele aftenens program koster kun kr. 350,00 pr person.

Drikkevarer er for egen regning, og kan købes i Cafeen.

Tilmelding skal ske i receptionen fra den 1. november 2024, hvor også betalingen kan klares.

Sidste tilmelding skal ske senest 1. december 2024.

Da der kun er plads til 100 personer, anbefaler vi hurtig tilmelding.

Med venlig hilsen

Bestyrelsen i Beboerforeningen i Fortegården.

Center uden Grænser Centerrådets sammensætning.

Fra Beboerforeningen:

Formand

Bente Møller Rasmussen Tlf: 5041 1298 Bentemoellerrasmussen@gmail.com

Næstformand

Lene Okholm Rosenstand Tlf: 2240 4675 lene.okholm@gmail.com

Fra Lokalområdet

Sekretær

Lise Andersen Tlf: 6186 9920 lise.andersen13a@gmail.com

Kirsten Gundersen Tlf: 2422 4055 Kirsten_Gundersen@mail.dk

Fra Pårørenderådet

Anette Cecilie Skriver Tlf: 2081 4313 Frunette64@gmail.com

Beboerrepræsentationen 2024-2025

Kasserer Kate Kock Jensen, Sletterhagevej 43, 2.th. katekock@mail.tele.dk Tlf. 21732654

Kontaktpers. Lena Ripa Damhoff, Ellebjergvej 12E lenadamhoff@gmail.com Tlf. 61104138

Best. Medlem Orla Jensen, Sletterhagevej 39, 2.th. j_orla@outlook.com Tlf. 51284858

Suppleant Steen Højer, Ellebjergvej 14 1. tv. steen54@gmail.com Tlf. 40383086

Suppleant Gerly Rimmer, Tirstrupvej 5 st. th. Gerly.Rimmer@gmail.com Tlf: 60 61 11 91

Beboerforeningen 2024-2025

Formand Sven Poulsen birnpoulsen@gmail.com Tlf. 2396 7494

Næstformand Ole Hammer Ole-hammer1@live.dk Tlf. 2423 6530

Best. medlem Per Søgaard gpsoegaard@gmail.com Tlf. 2849 2593

Best. Medlem Jørn Westergaard joern.westergaard@gmail.com

Best. medlem Kate Kock Jensen katekock@mail.tele.dk Tlf. 2173 2654

Suppleant Birgitte Sjørl b.lindved@hotmail.com

Suppleant Christen D. Nielsen christen@damgaardnielsen.dk

Beboer pårørenderådet 2024-2025

Medlem Bente Vemgaard beve@oncable.dk

Medlem Lone C. Larsen lone@carbuhn.com

Medlem Ninna Posin ninaposin@yahoo.dk

Medlem Mogens Lyhne skjernaal.yhne@fiber.dk

Medlem Anette Cecilie Skriver frunette64@gmail.com

Suppleant Anette Holst

Medarbejderrepræsentanter: Ledelsen Karin Short: ksh@aarhus.dk Tine de Place: ptib@aarhus.dk

Fortegårdens plejebolig bestyrelse 2024-2025

Best. medlem Niels Vad

Best. Medlem Ole Dreyer

Best. Medlem Mogens Gram

Best. Medlem Kirsten Askov Jensen

Best. Medlem Mogens Lyhne

Henvendelser til bestyrelsen kan ske via
mail til Karin Short: ksh@aarhus.dk

Kryds & Tværs



Hvem skrev sangen "Tusind stykker"?

★	FYSIKER SPISE- STED	↘	MORER SIG SPIL	↘	TON MÅL	→	↘	FOR- NAVN	?	↘	NEDBØR DYR
RUM											
VINGET VÆSEN								INTET PIGE- NAVN			
ROCK- GRUPPE				AFGIFT FØL- SOMME							
VENDE- PUNKT						STED- ORD BESK				LÆGE	
TONE		SNYDE BEDER							↓	UD- BRUD	
FOR- MODER 50 ↓					FILM- MAND BIB. NAVN						
→			SLØV STOL					LUFT UDBRUD			
PAVE TAGER						DRYSSE SENEDE					LYS
TØR				RØGEN MÅLERE						STIL- LING	
KEND. BOGST.		TEGN VÆKST						ENTER- TAINER FINDES			
TONER UNDER- SKRIVER ↘					SPILLE- MÆRKE						
									IN- SEKT		

Løs opgaven, skriv navn og adresse og indlever den løste opgave ved Receptionen på

Fortegården **senest d. 15. november 2024**

Så har du mulighed for at vinde rigtig dejlig rødvin. Vi trækker 1 vinder i dette nummer

Vindere i oktober bladet: ud af 9 korrekte besvarelser:

Tillykke Anne Mette Bærendsen Femmøllervej 2, 1 mf. Præmien afhentes i cafeen.

(vinderne trækkes vilkårligt)



Datastuen

i november:

Tematirsdag:

- Facebook: tirsdag den 12/11 kl. 10-12

Live-streaming fra sø-auditorierne på AU:

- Statistik: Brug af statistik & "tipping Points" ved professor Susanne Ditlevsen: tirsdag den 5/11 kl 19-21
- Hvordan skaber vi bedre natur i Danmark? ved Hans Henrik Bruun m.fl.: tirsdag den 12/11 kl 19-21

Faste forløb:

- "Bliv bedre" til iPhone & iPad på mandage kl 9:30-11:30 i ulige uger
- "Lær mere" om pc, tablet & Android, torsdage kl 13-15

Åben datastue tirsdage kl. 10-12 v. studerende fra Aarhus Tech.

Kom med dine digitale udfordringer og spørgsmål. Sammen klarer vi det meste - og der er kaffe på kanden ☺

Har du særlige behov, eller passer tirsdag dig ikke, så ring bare:

På gensyn i Datastuen!

Fortegaarden.dk/datastuen

forte@live.dk

2274 0822

Orientering fra ForteFitness Træningstilbud og kontingenter



For at være selvtræner skal du deltage i obligatorisk introduktion ved
fysioterapeut Jakob Galsgård

Den første onsdag i måneden fra 13.00 – 14.00

tilmelding i receptionen.

Fitnesscentrets åbnings- og træningstider:

Hverdage: 07.00 - 09.00 & 12.00 – 17.00

Lørdage & søndage: 08.30 – 17.00

Der betales pr. hele kvartal – 150,-kr.

Hvis du betaler for et helt år, koster det 500,- kr.

Fredag den 15/11-2024

Kl.10.00—12.00

POP UP BUTIK

Med tøj fra Smartex

Alle er velkommen



Velkommen

Tilflytter i plejeboligerne:

Ellen Jensen Bolig 124



Tilflytter i ejendomsafdelingen:

d. 1/11

Helle & Ole Adelkvist

Ellebjergervej 14, st.tv



Fødselsdage i november i plejeboligerne

Den 8. november – Dagmar Tange Svanholm.

Den 21. november – Else Christine Hansen

Den 21. november – Dagny Due



Engangs Emballage 3 – 5 kr.		CAFÉEN ER ÅBEN FRA MANDAG TIL OG MED LØRDAG	DER KAN HENTES MAD I CAFÉ- EN SØNDAG MOD BESTILLING SENEST LØRDAG KL.12.00 - PÅ TLF. NR. 86178144 – KØK- KEN (TRYK 4) <i>Takeaway til søndag skal betales – senest dagen før</i>
UGEDAG	DATO	MENU CAFÉ NOVEMBER - 2024	
Fredag	1	Boller i karry, ris og ærter	
Lørdag	2	Stegt kylling, kartofler, sauce, surt og grønt	Pandekage med is
Søndag	3	Take away - Suppe med urter, kød- og melboller – 40 kr. 1 tartelet m/høns i asp. – 20 kr.	Begge retter – 55 kr. + pris for emballage
Mandag	4	Hamburgerryg, kartofler, grønlankål, gulerod	
Tirsdag	5	Kotelet i urtesauce, kartofler og grønt	Gulerodssuppe
Onsdag	6	Lasagne med linser/grønt, revet ost og salat	
Torsdag	7	Paprikagryde, kartoffelmos, grønt	
Fredag	8	Frikadeller, kartofler og stuvet porre og rødbeder	
Lørdag	9	Gule ærter med flæsk og medister, sennep, rød- bede og rugbrød	Citronfromage
Søndag	10	Take away- Karbonade, kartofler, stuvet ærter/ gulerod	
Mandag	11	Flæskesteg, kartofler, sauce og rødkål	
Tirsdag	12	Italiensk farsbrød, kartofler, tomat sauce og grønt	Rodfrugtsuppe
Onsdag	13	Stegt lever, bløde løg, kartofler, sauce, grønt	
Torsdag	14	Kyllingefilet med bagte rodfrugter, kartofler og sauce	
Fredag	15	Pandekage med linse/grøntfyld, revet ost og salat	
Lørdag	16	Sorte gryde, kartoffelmos og grønt	Æblekage
Søndag	17	Take away - Paneret kotelet, kartofler, sauce og rødkål	
Mandag	18	Skinke med flødekartofler og ærter	
Tirsdag	19	Biksemad med spejlæg og rødbeder	Cremet grønkålssuppe
Onsdag	20	Farseret porre, kartofler, sauce, grønt	
Torsdag	21	Gryderet m/cocktailpølser, kartoffelmos, grønt	
Fredag	22	Bøf med løg, kartofler, sauce, asier + grønt	
Lørdag	23	Kalkun gordon bleau kartofler, stuvet spinat, grønt	Blommetrifli
Søndag	24	Take away - Farseret porre, kartofler, sauce, grønt	
Mandag	25	Krydderstegt nakkefilet, kartofler, sauce, grønt	
Tirsdag	26	Paneret flæsk, kartofler, persillesovs, rødbeder og grønt	Kartoffel/porresuppe
Onsdag	27	Karrykål med hakket kylling og gulerod	
Torsdag	28	Grønsags/linsetærte med bacondrys og salat	
Fredag	29	Enebærgryde med kartoffelmos og grønt	
Lørdag	30	Boller i selleri, kartofler og rødbeder	Moccafromage