



VOX POP

→ **Vox Populi** er latin og betyder *folkets stemme* og er et begreb, der bruges om almindelige mennesker i modsætning til eksperter og professionelle meningsdannere. Aviser mv. bruger begrebet ved korte interviews med tilfældige mennesker om afgrænsede aktuelle emner eller gennem bredere, systematiske interviews.



Vi spørger for eksempel om:

- Hvad lavede du før du kom her?
- Hvor længe er du kommet her i *Aktiviteten*?
- Hvor tit kommer du her - sådan cirka?
- Hvilken (aktivitet) holder du mest af?

Anny fra Fyn fortsat....

I sidste blad fik vi begyndelsen af historierne om Anny, der elsker at sejle, men pga hendes dårlige ryg kun må gå!...

De sagde, at jeg kun måtte svømme og gå!
Hvad gør man så?

Sadler om

Vi solgte båden efter, at jeg blev syg. Så sejlede Bo alene eller med nogle andre i nogle år.

I 2000 prøvede vi, om jeg kunne sejle i en større båd, men det gik ikke. Det gjorde ondt - det er bølgernes, specielt gammel sø.



Anny og (barnebarn)Thormod på Esrum Sø

Anny på seniortur i 606



Lige inden Bo gik på pension, købte han en lille sejlbåd, som ligger i Esrum Sø. På søen er der ikke så store bølger, så nu er jeg begyndt at sejle lidt igen, hvilket jeg nyder meget.

Ti år efter at jeg blev syg, begyndte vi at kigge på fugle sammen i stedet for at sejle sammen.

Som purunge havde vi købt en fuglekikkert og fået en fuglebog i gave. Men det var først, da Bo købte et teleskop i 2001, at vi for alvor fik interesse for fuglekiggeri, og vi meldte os ind i Dansk Ornitologisk Forening. For at lære fuglene at kende gik vi i mange år på aftenskolehold med ekskursioner og ture, og det passede mig rigtigt godt, fordi jeg jo gerne må gå. Jeg går altid med stave. Det blev skelsættende, for så kunne jeg følge med de andre på turene.

Til at begynde med gik jeg jo kun med stok.

Fugleinteressen fik os til at købe en campingvogn, og det er en god kombination, når man vil kigge på fugle. Det blev en rigtig god afløser for båden.

Vi har været på mange dejlige fugleture rundt i Danmark og Europa.





Mergeltoften

Jeg begyndte at komme her helt fra, det blev bygget (1994).

Der var det opbygget lidt anderledes – der var træningslokale nede bagved, hvor der nu er kontorer.

Altså kun i ét plan. Jeg kom primært for at træne, men jeg kom også sammen med nogle andre førtidspensionister til underholdning og frokost. På det tidspunkt følte jeg mig ikke så godt tilpas, fordi jeg var meget yngre end de fleste, og jeg sad rigtigt dårligt på stolene med min elendige ryg. Der var ikke ret mange mennesker i træningslokalet, men der var en god fysioterapeut.

I 2000 så jeg en annonce om aftenskoleundervisning i maling for alle, både begyndere og øvede. Så ringede klokken – jeg har altid drømt om at kunne male. Så jeg har gået til malerundervisning i små 20 år hos et par meget skrappe damer – virkelig dygtige.



Jeg begyndte, i første omgang, at komme på Mergeltoften for at gå til genoptræning, så for at få hjælp til min mobil, og endelig for at male.

Senere, ved et tilfælde, fandt jeg så ud af, at der var maling heroppe. Det begyndte med, at jeg fik en mobiltelefon, som jeg skulle have hjælp til. Og jeg havde set et sted, at her kunne man få hjælp til telefonen. Så jeg gik herop, og det var Lisa, der tog pænt imod mig. Jeg havde forestillet mig, at de skulle samle nogle stykker sammen for at få et hold om mobiltelefoner. Men nej nej: jeg kalder lige på Iben, sagde Lisa, og så kom hun og hjalp mig med det samme. Her så jeg de mange billeder, der var udstillet. Og så tænkte jeg, at det også kunne være noget for mig at gå til maling her.

Som tænkt så gjort, jeg begyndte at komme på Mergeltoften igen omkring år 2017, denne gang til maling, som Per stod for. Og så har jeg været her siden.

Det er et stort tab, at Per er stoppet – han er rigtig god til at kikke på billeder. Han kan en masse teknik – havde man kastet sig ud et eller andet umuligt så: du kan redde det ved at gøre sådan eller sådan. Han hjalp altid med gode løsninger.

Vi må maler godt for der er nogle, der render med billederne! Jeg har mistet et og Kirsten to! Det er alle dem, der er dygtige, der få taget deres billeder - siger en forbi passerende!

Skal man tage det som et kompliment!?



Caféen

Personalet tilbyder hver dag smørrebrød, en caféret og varm mad samt diverse drikkevarer. Vi har en dejlig, lys og velassorteret café, hvor vi hver dag sørger for god og sund mad.

Se priser og dagens tilbud på cafeens tavle.

- **Fra kl. 08.30 til kl. 11.00** er der varme og kolde drikke samt diverse brød.
- **Fra kl. 11.30 til kl. 13.00** er der både varme og kolde retter samt smørrebrød.
- **Efter kl. 13.30** tilbydes dagens kage samt varme og kolde drikke.

Månedens menuplan med hovedret og boret kan du hente i Cafeen.

Cafeen har også arrangementer i samarbejde med husets frivillige til specielle retter og andet godt.

Cafeens tlf: 72 56 57 65



Mad smager bedst, hvis den er Instagram-smuk ;-p For vi spiser med øjnene, siges det. Når vi spiser et måltid mad, er det kun mellem 15 og 20 procent af smagsindtrykket, der kommer fra maden på tungen. De resterende 80 procent af smagsoplevelsen får du nemlig gennem andre sanser – blandt andet synet.

TIRSDAG DEN 10. OKTOBER

SENIORKREDS

Afholder Oktoberfest

Stine Bruun og Martin Knudsen kommer og underholder med fællessange, skålsange samt hit fra *Johnny Reimer, John Mogensen, Shu-bi-dua*, m.fl.

Det bliver helt forrygende

Der bliver kartoffelsalat og grillpølser, og et glas øl, vin eller vand.

Billetter sælges den 23. september kl. 13:30 og koster 130 kr.



Hans J

Jeg blev født i Odense i 1950. Hele mit liv har jeg fået muligheder og jeg er taknemmelig for alle de mennesker, som har troet på mig og vist mig tillid.

Min far var bygningsingeniør og min mor var syerske. Min mor syede for større systuer hjemme så hun også kunne passe mig. Det var før det blev moderne at arbejde hjemmefra. Min far havde en gammel motorcykel, en BSA fra 1930 og jeg sad imellem min mor og far når vi skulle besøge familien på Sydfyn eller på Strynø. Den var nok ikke gået i dag.

Da jeg var fire år fandt min far på at han skulle starte sit eget firma, som byggede siloer. Det var en helt ny teknik, som han havde lært i Belgien. Udstyret blev lavet i Danmark til formålet og var helt unikt. Siloerne blev bygget over hele landet, så jeg var ofte med på ture i vores nye Folkevogn - der var importrestriktioner, så kun folk, som havde brug for bil i forbindelse med deres arbejde kunne få lov til at købe en bil.

Men min fars firma gjorde det muligt og vores Folkevogn var den første på vejen, hvor vi boede. Vores var lyseblå og snart kom der også en grå og en beige og en sort Folkevogn på vejen.

Kort før vi skulle begynde i skolen flyttede vi fra Kragstbjergkvarteret til Hunderupkvarteret i Odense. Og få dage senere begyndte jeg på Hunderupskolen. Jeg elskede at gå i skole. Min mor havde lært mig at læse og jeg kunne også skrive lidt så det første år hjalp jeg lærerinden fru Bjørn Hansen med at dele papbøgstaver ud som vi brugte til at 'skrive' forskellige ord med. Det var mere moderne end at bruge tavle og griffel, som man havde gjort tidligere.

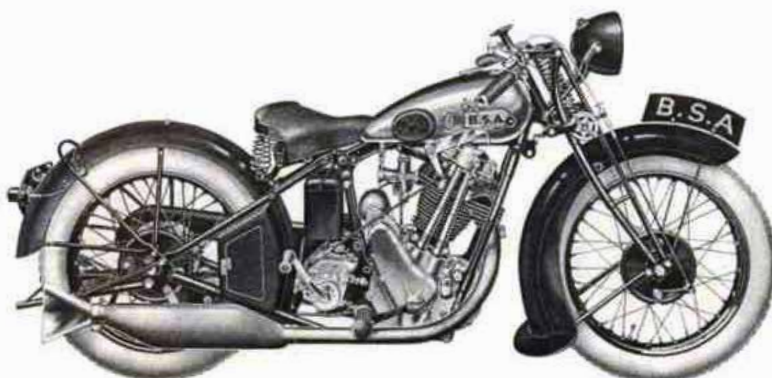
Tiden fløj af sted. Jeg gik og cyklede selv til skolen. I fritiden gik jeg til dans, til spejder - jeg var ulveunge - og til fodbold i OB. Om søndagen skulle vi spille kamp eller med spejderne på tur.

Skolen gik kun til 5. Klasse så vi skulle alle sammen flytte skole. Det var en slags tradition at drengene kom på Mulernes Legatskole, som var en drengeskole mens pigerne skulle gå på Holsedoreskolen, som var en pigeskole. Men der var dog også andre som kom andre steder hen hvor man havde blandede klasser. Jeg gik i drengeklasse til og med 3. realklasse.



I mellemtiden var skolen blevet lavet om til et gymnasium - det tredje i Odense. Og for at der var plads til alle de nye elever blev en ny skole bygget i Vollsmose. I mellemtiden var det blevet 1968 og der var mange som mente at skoleformen var lidt gammeldags, vi kaldte det konform. Eleverne havde ikke noget at skulle have sagt. Så jeg brugte en del tid på at rejse til konferencer sammen med Danske Gymnasielevs Sammenlutning. Vi arrangerede også selv undervisning for elevrepræsentanter i notatteknik, referateteknik, diskussionsteknik og mødeledelse så elevrepræsentanterne i elevrådene var rustet til at møde lærerne på lige fod. Mente vi.

Vi bestemte også at vi selv skulle sætte vores skolekomedie op - ikke sådan noget gammeldags noget som matematiklæreren instruerede. Så jeg blev instruktør på en pastiche over Jesu liv i det moderne samfund, som foregik på en automobilkirkegård. Stykket var skrevet af Fernando Arrabal og var kun opført en gang tidligere i Danmark. Jesus og Jomfru Maria talte





fynsk og vi havde lavet plakater og program og matematiklæreren var temmelig forbløffet. For at have ordentlige kulisser havde vi lånt 8-10 bilvrag hos en skrothandler - dem skar vi igennem på langs så de kunne gå igennem dørene på gymnasiet. Pedellen så meget forbløffet til mens vi bar dem ind på skolen en søndag eftermiddag og fyldte scenen i aulaen op med gamle biler og løse skærme og andet skrot. Underlægningsmusikken var en selvkomponeret blanding af Hallelujakoret fra Händels Messias og The End af the Doors.

Det gik så godt i skolen med alt muligt andet end skole at rektor til slut bad mig om at holde op. Så det næste år arbejdede jeg på en tømrerhandel, som læssemand. Det er sådan en som fylder traktorvogne eller lastbiler op med det som byggefirmaerne har bestilt til deres byggerier. Jeg var glad for arbejdet og især fordi det var året før det år, hvor man gik over til kildeskat, hvilket betød at jeg ikke betalte skat og heller ikke havde skat fra året før at betale. Så gjorde det ikke noget at timelønnen kun var 7,25 og at man arbejdede om lørdagen til klokken 12. Jeg tog kørekort til lastbil og påhængsvogn og flyttede siden til min fars firma, hvor jeg overtog en Volvo Titan turbodiesel. Den var fra 1960 og havde 185 hestekræfter og kørte uden problemer 135 km/t.

Det var før vejene blev fyldt op med folk, som skulle skrive SMS og tale i telefon imens de kørte!

Jeg kørte som regel hjemmefra klokken fire om morgenen, så jeg kunne køre ind på byggepladserne, når de mødte på arbejde klokken 7.

Der blev heldigvis en plads til overs på Fyns Studenterkursus og efter to år blev jeg student sammen med en flok glade studenter, som stadig mødes og mindes de glade dage på skolen.

Jeg havde egentlig tænkt at læse nordisk litteratur på Odense Universitet og blev også skrevet ind. Men tilbragte det meste af tiden med at være EF-modstander og arrangere møder og sætte plakater op og køre rundt til alle små byer på Fyn og dele løbesedler og pjecer ud. EF-modstanderne tabte med et brag den 2. oktober 1972 og jeg kunne ikke fatte det så jeg fortsatte i mange år med at være EF-modstander og drive en Folkebevægelses-butik og arrangere demonstrationer på Flakhaven eller i Munke Mose i Odense eller tage til København og lægge planer med Folkebevægelsen. Jeg sluttede i 1979, da Jens Peder Bonde blev valgt som dansk repræsentant til EF Parlamentet. Og efter en del år gik det op for mig det meste af Europa var med i EF og at det var kun mig og en lille flok frelste, som stod på perronen og drømte om nationernes Europa. Eller et forenet Norden.

Så da jeg ikke var kommet i gang på universitetet i 1972 tog jeg arbejde på Lindøvværftet. Først som stilladsbygger. Siden fik jeg en uddannelse som skibsbygger men arbejdede mest som kleinsmed med at sætte ventilation op i pumperummet på supertankerne. Det gik fint indtil oliekriserne. I 1973 klarede Lindø frisag men i 1975 blev skibene afbestilt og Lindø fyrede 2000 mand en dag i begyndelsen af maj. Også mig - selv om jeg og de andre i mit sjak havde været flittige til at forlange højere betaling for at sætte ventilationskanaler op. Vi havde nok været lidt for flittige. Senere hørte jeg, at Per og Ove, som overtog vores arbejde, aldrig havde tjent så mange penge, så vores arbejde for at hæve akkorden havde altså ikke været forgæves.

Det var ikke så godt at være uden arbejde for jeg havde lige fået en søn og sammen med fru- en havde vi bygget et hus i Vissenbjerg. Renten

på huslånet var 14 procent, så der skulle skaffes penge. Arbejdsløsheden var høj og for at gøre galt værre blev jeg indkaldt til at aftjene værnepligt. Jeg var egentlig registreret som militærnægter men 24 måneder i Kompedal Plantage var længe. Jeg bad om at blive indkaldt til almindelig værnepligtstjeneste og i august 1976 fik jeg udleveret uniform på Antvorskov Kaserne ved Slagelse. Det gik også ret godt. Jeg kendte og fulgte alle reglerne og korrigerede sergenterne, hvis de gjorde fejl. Det syntes løjtnant Jacobsen ikke om. Han mente at jeg var lidt for smart til hans smag og han gjorde alt for at fange mig i at overtræde regler. Jacobsen. Flere af officererne var vældig på vagt for undergravende virksomhed efter at en politisk gruppe havde offentliggjort en bog som hed 'Den Politiske Soldat'. Bogen opfordrede til at man gjorde værnepligtstjeneste så man kunne overtage samfundet når revolutionen kom. Der var stor opmærksomhed på alle som kunne tænkes at stå bag bogen - med god ret for flere af forfatterne var i mit kompagni - men jeg havde ingen intention om at omstyrte samfundet med magt. Jeg ville bare have værnepligten overstået, så jeg kunne tjene penge til huslejen hjemme.

Men jeg testede også systemet ved at have langt hår og skæg og diskutere med sergenterne hvor mange bøger man havde lov til at have på rummet og hvorfor skulle soveposen vende til den ene side eller den anden. Det har nok været temmelig anstrengende at høre på.

Så vi startede en kampagne for at forbedre 'soldaterlønnen'. Vi lavede et spørgeskema til alle landets kaserner og samlede resultaterne sammen i 'Soldaterlønsrapporten'. Rapporten blev omtalt vidt og bredt. Talsmandsgruppen i København kontaktede Folketinget. Alle værnepligtige overalt i Danmark bar klistermærker som sagde 'Fuld Soldaterløn NU' - hvilket selvfølgelig ikke var tilladt. Rapporten resulterede faktisk i at soldaterlønnen blev sat betydeligt op - omend ikke helt til samme niveau som den timeløn, man ville have tjent i sit civile liv.

En dag havde jeg irriteret løjtnant Jacobsen tilstrækkeligt - og da jeg klagede over ondt i ryggen blev jeg erklæret uegnet til forsvaret grundet en dårlig ryg. Og blev sendt hjem dagen efter. Jeg klagede til Ombudsmanden over at mine grund-



lovssikrede rettigheder til at aftjene værnepligt var taget fra mig uden grund. Et stykke tid efter at mine soldaterkammerater var blevet hjemsendt blev min klage afvist og jeg mangler stadig at aftjene tre måneder af værnepligten. Men det gav megen interessant omtale i blandt andet Information og i Politiken.

For at blive ingeniør tog jeg først et år på værkstedsskole. Når man var student var det genvejen til at komme på Teknikum uden at stå i lære. Det var stadig småt med penge - fru'en var nyuddannet og nu havde vi to små børn. Så ind imellem tog jeg arbejde på Frederikshavn Værft og ved reovering af forskellige kraftværker og fabrikker. Så det løb rundt. Et sted blev jeg ansat til at rejse med supertankere og udføre reparationer og forbedringer mens skibene sejlede fra Europa til Den Persiske Golf. Det var varmt men lønnen var god og jeg var flere gange rundt om Afrika, over Atlanten eller igennem Middelhavet og Suezkanalen til Dubai. Og tjente så mange penge at vi kunne klare afdragene på huset og også købe et sommerhus.

Jeg nåede også tre måneder i Guyana som skibsbygnings supervisor. Skibet var en trawler, som skulle klasses af DNV og mit job var at sikre at svejsninger var af tilstrækkelig kvalitet. Derfor skulle værftets svejsere oplæres i forskellige typer svejsning og jeg skulle oplære nogen til betjene en røntgenkilde så man kunne røntgenfotografere svejsninger og vise at de var uden fejl. Det gik der nogle måneder med i et mærkeligt, fattigt land hvor skibsskroget blev bygget færdigt. Så kom en anden dansker og hjalp med at installere motor og udstyr og få skibet gjort sejll klart. Og jeg rejste på sprogskole i Mexico.

I Danmark var det fortsat småt med arbejde men heldigvis kom jeg i betragtning til at arbejde for EOS med opbygningen af Tyra Feltet. Det var noget helt nyt og alt jeg lærte kom mig senere til gode. Jeg flyttede fra installation af stålkonstruktioner til kvalitetskontrol af rørsystemer og endte som superintendent. Der var mange, som troede på mig. Der var også nogle, som var



lidt utilfredse, for i EOS skulle man helst bo i Esbjerg og pleje omgang med direktøren. Jeg boede i Vissenbjerg. Så da Tyra var oppe at køre og jeg havde fået en ny chef som ikke kunne lide mig blev jeg fyret.

Han spurgte mig hvad jeg så skulle lave og jeg svarede at jeg ville rejse til Norge for der kunne man bruge gode folk i olieindustrien. Det var bare noget jeg fandt på for at irritere ham.

Men par uger senere ringede Kurt Nielsen fra Norge og sagde, at de godt kunne bruge en mand som mig - i Norge. Kurt havde været på Tyra på Nordsøen og nu arbejdede han for et dansk firma som skulle hjælpe til med at sætte Kårstø-anlægget i drift. Jeg skulle være der i tre uger og få kvalitetssikringen til at fungere. Efter tre måneder havde jeg seks mand i min afdeling. Totalt var firmaet vokset fra 25 personer til 170.

Efter ni måneder var vi færdige og kunne rejse hjem. Det var blevet en kæmpesucces - og det allerbedste var at vi fik løn i norske kroner. Det betød en gevinst på 35 % hver gang vi vekslede fordi den norske krone var meget mere værd end den danske. Det var dengang.

Efter et par måneder på et skibsværft i Cairo fik jeg tilbudt en stilling i Arendal i Norge på et værft, som byggede offshore moduler til BPs Ula-felt. Det gik fint og jeg flyttede til Stavanger, hvor jeg blev kvalitetschef i TEMCO, som byggede en semi-automatisk rørhåndteringsmaskine til boreplatforme. Det var ganske avanceret og skulle fjerne mange af de farlige situationer på boredækket.

Fortsættes i næste blad

Gode minder



Velkommen til Danmark spiser sammen



OM DANMARK SPISER SAMMEN

Med store og små spisearrangementer over hele landet ønsker vi at gøre det lettere at møde nye mennesker og at invitere til samvær og fællesskab.

Målet er at komme ud i enhver krog af Danmark – på tværs af generationer og kulturer.



... flere gode minder



Et dejligt besøg på La Glace, hvor vi tog toget til København og gik i gennem Købmagergade til La Glace, hvor vi blev beværtet efter alle kunstens regler. Hvad vi ikke kunne spise, fik vi med hjem, flot pakket ind.

Skriv historien om dig selv eller om en af de andre der kommer i *Aktivietten* på Mergeltoften. Vi har som regel 1-3 historier med i bladet (*se side 22-25*) som fortæller om jer som kommer her. Og nu vil vi meget gerne bede jer om også at skrive om hinanden.

Alle har en historie at fortælle... fortæl ikke alt det, du kan huske, men det, du ikke kan glemme.

Det kan ikke alene være sjovt for os i *Aktivietten* at læse men også for din egen familie.

Så hvis du kunne have mod og lyst til at skrive om en af de andre?.. så er du meget velkommen. Eller måske du vil stille op til at fortælle din historie?

Hvis du vil have lidt mere at vide kan du ringe til Suzanne: 28700345 eller til Lisa: 24911593

Vi ser meget frem til at høre fra jer



Dametur til Rungsted kyst fra restauranten Kaptajnen



Og flere gode minder



Festlig Cabaret d. 20 juni



*Sol
Sole
som
Men
en g*



Syslerig hygge



Go mad skal der til ;-p



Men er en kilde til vedvarende velvære
ens UVB-stråler fremmer syntesen af D-vitamin,
er den vigtigste faktor for styrke vores knogler.
husk solcremen - vi skal ikke have det hele på
gang.

FOTO TIL BLADET

Hvis du har taget et godt billede eller måske flere i Aktiviteten eller på en af de ture vi har arrangeret, så må du meget gerne sende det/dem til Suzanne: sufo@frendenborg.dk Som så kan bruge dem i vores næste blad: skriv blot hvorfra billederne er taget og gerne hvornår.

På forhånd mange tak





WE DO IT THE
EDEN WAY

THE
eden
ALTERNATIVE® DK