

# PGU SMØREN

*Fed viden du ikke bliver tyk af*

Februar 2017

**Husk Valentinsdag**



**Læs om Loke som er  
asa-troende**



**Praktik på teater**



**Gæt en kage-quizen**

**Julefrokost på  
værkstederne  
Århus som Kulturby  
"Skraldemad"**

**Gode Gadgets**

**Praktik i den gamle by**

## Indhold

Indhold	2
Smørklatten	3
Julemandskonkurrence	4-5
Gratis drømmetydning	5
Julefrokost på PGU	6-7
Århus - kulturhovedstad	8
Café Campus - Skraldemad	9
Den Nordiske Mytologi	10-11
Besøg hos en asatroende	12-13
Kagequiz	15
Vinterdepression - lysterapi	16
Opslagstavle	17-18
Opskrift på tomatsuppe	18-19
Giraffen	20-21
Valentinsdag	22
Praktik i Den Gamle By	23
Interview med Daniel	24-25
Gode Gadgets	26-27
Under luppen	28-29
Sjove opgaver	30-31

# SMØREN

PGU  
Fed viden du ikke bliver tykt af



## Hyggetur ud i det blå

Drengene fra Ebeltoftvej i Mørke på eftermiddagstur i byen. Skulpturen som de holder pause ved på billedet ligger på en mark i udkanten af byen. Træskulpturen er udført af kunstneren Thomas Dambo.

Februar udgaven af "SMØREN" er lavet af: Marie, Danny, Camilla, Sannie, Kirstine, Oliver, Mads, Michael C, Mark, Christina, Michael K, Michael R, Filip, Martin.

Idéer til noget vi skal skrive om! Hvis du/I har en god idé til en historie eller et emne, vi skal skrive om i PGU-avisen, så skriv, ring eller fortæl det til os på PGU's Medielinje. Det kan være noget, du synes kunne være spændende at læse om, eller noget du gerne vil fortælle.



## SMØR KLATTEN :-)

### "SMØRET" viden

Fortæl os endelig hvis du hører, ser eller oplever noget, sjovt, sødt eller pudsigt - på værkstedet, derhjemme - eller i den vide verden!

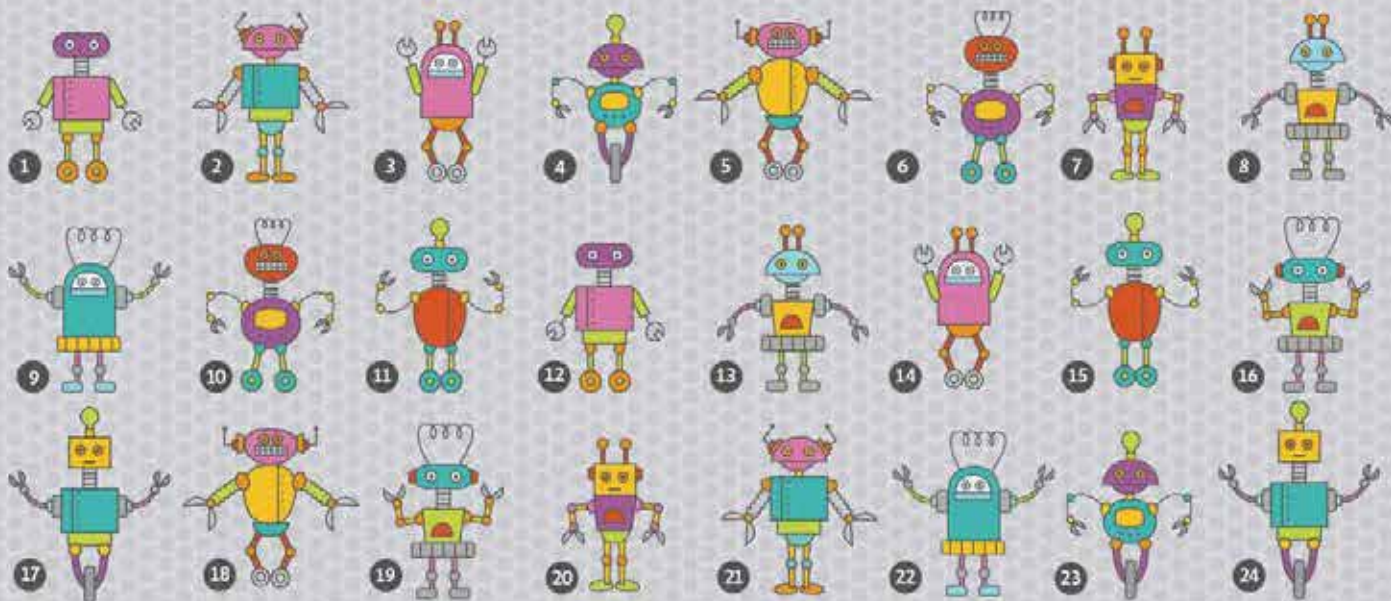
## UNDER LUPPEN :-)

### Vi går tæt på...

Her bringer vi i hvert nummer af avisen interview med en PGU'er. Vi stiller både alvorlige, dumme, sjove og åndsvage spørgsmål... - tør du at stille op?

## Panik i pakkeriet

De små robotter hører sammen to og to. Kan du finde ud af, hvem der passer sammen med hvem?



## Quiz Quiz

1. Hvor mange robotter arbejder i den danske industri?

- a. Ca. 1000
- b. Ca. 5000
- c. Ca. 10.000

2. Hvad betyder ordet robot?

- a. Slavearbejder
- b. Det er græsk for maskine
- c. Gammel ukrainsk ord for bilkspand

3. Hvilken robot har de opfundet i Skanderborg?

- a. En robot der kan lave dine lektier
- b. En robot der kan tage opvasken
- c. En robot der kan vugge børnene i søvn

4. Hvad hedder den danske robot der fjerner bomber?

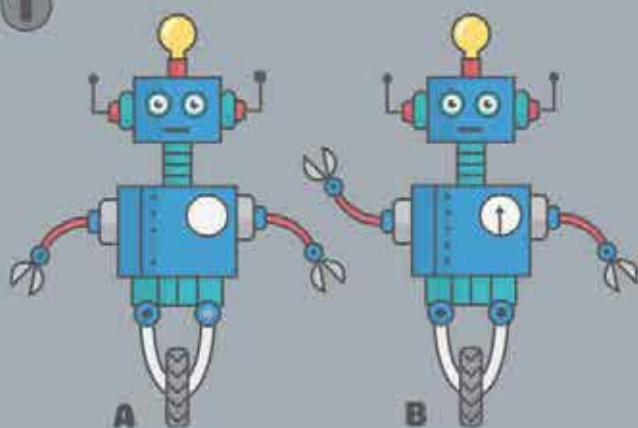
- a. Robotta
- b. Bombe Beate
- c. Rullemarie

5. Hvornår landede den første robot på Mars?

- a. 1987
- b. 1997
- c. 2007

6. Hvilket dyr var verdens første robot?

- a. En hund
- b. En fugl
- c. En kat



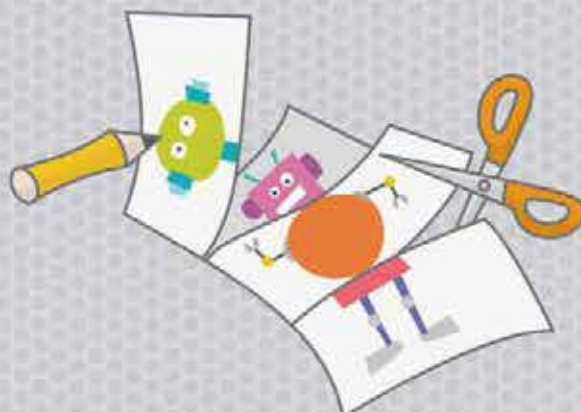
### Find 5 fejl

Der er godt med roderi på samlebåndet på robot-fabrikken. Kan du finde de 5 fejl?



## Design din egen robot

Fold en 5-6 ark A4 papir på midten, og hæft dem sammen til et hæfte. Klip igennem alle ark, så hæftet deles op i tre dele. Tegn fantasifulde robotter på hver flap – hovede foroven, krop i midten, og ben forned. Nu kan du bygge endnu flere robotter ved at bladre frem og tilbage.

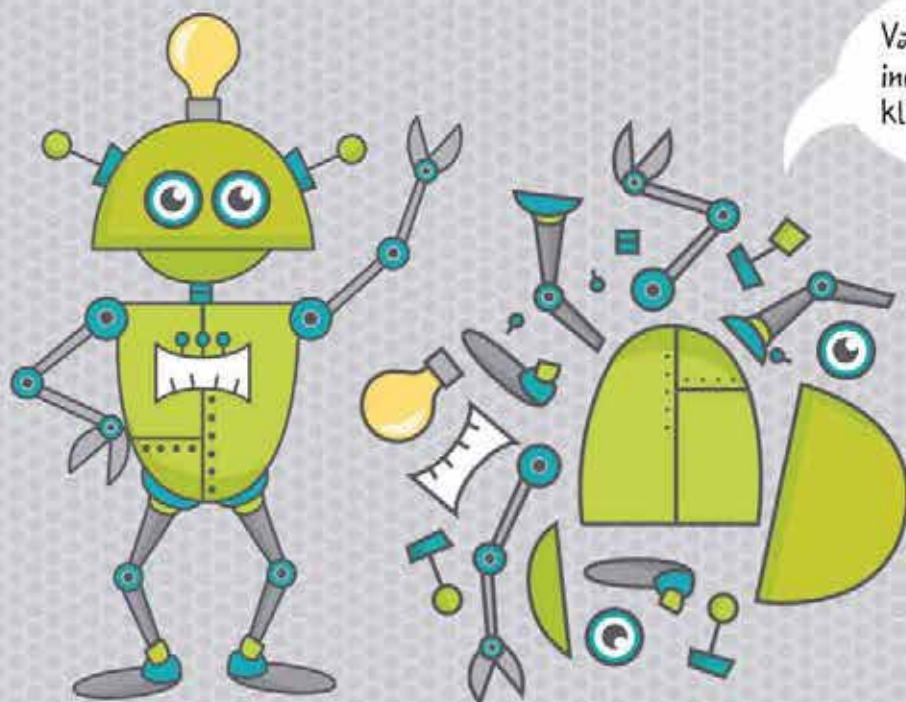


# Kaos og kludder på robotfabrikken

B M U B F Y Y G Æ H K J E I Z L V J V L  
Z M A S K I N E A N D R O I D J J H Z E  
Å R X A L I F G N E T M E K A N I K C L  
T O C N E U I U Q M O T O R I T K L O K  
E B H T G X V Æ G T Æ E H J Q F Y Æ E D  
K O I E E W B Y O P P N D Æ L W T U X A  
N T P N T Ø I S K Æ R M Ø D E E I L E M  
I D Ø N Ø G I W B A T T E R I B Q L T P  
K V Z E J P I Å I T Æ P E S K O T Y J D  
U R O P F I N D E R Å K W A J Æ T N Ø V

## Opdagelse efter Ord

Der er gået kuk i bogstaverne, og ordene er blevet blandet sammen med andre bogstaver. Kan du finde disse ord? De kan både stå på langs og på tværs: *Teknik · Chip · Motor · Skærm Klo · Damp · Mekanik Legetøj · Batteri · Android · Maskine · Opfinder · Antenne · Robot*



Vær sød at hjælpe mig, inden metal-spaden kludrer mere i det!

## Kluddermor

Der er ikke styr på noget på fabrikken. 12-XQs tvillingebror, 14-YQ er gået op i stykker, og 12-XQ kom til at blande ham sammen med nogen ekstra dele.

12-XQ og 14-YQ er helt ens – hvilken robot-del hører ikke til blandt 14-YQ?

# SMØR KLATTEN

## Kriminel støvsuger?

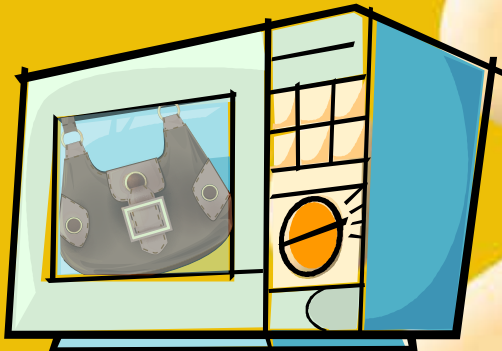
Sebastian står i banken og ser forlegent ned i gulvet. Han er nødt til at bestille en ny nemid, fordi den gamle var røget i støvsugeren under værelsesrengøring. Det var da heldigt at der ikke røg andet med. Men Sebastian, tjek nu lige at den ikke misbrugte dit NemID, man ved aldrig med sådan en bandit :-)



## Dumt spørgsmål, giver dumt svar?

Faglærer runder forvirret rundt og leder efter sin taske i køkkenet og spørger - "Danny, har du set min taske?"

Svar: " Den ligger nok i microen!!!



Samme elev spørger efter smagsprøve på kantinen, men får nej til dette. Danny svarer "det er helt ok, det kunne jeg heller ikke i banken da jeg spurgte om man kunne få smagsprøve der????

Godt forsøgt Danny :-)

## MUS-samtaler????



Elev sætter sig på stolen til MUS-samtale, stolen piver som en mus. "Nåhh det er derfor det hedder MUS-samtale!"

Elev møder op til MUS-samtale - "Er det den mus der blev slået ihjel i sidste uge vi skal snakke om?".

Kirstine skal til mus, hun bliver spurgt om hun vil have kaffe, te eller vand. Næhhh siger Kirstine men jeg vil gerne have en nødudgang!!!!

## Allergisk kattedame

Monika på gartneriet har i malende vendinger forklaret os alle om sin allergi overfor katte. Vi er ikke helt sikre på at Monika kender forskel på katte-allergi og katte-tække.



## Løbe tør eller våd?

Om fredagen er der altid rengøring på medielinjen. Marie opdager, at vi er ved at løbe tør for rengøringsmiddel, da hun skal til at hælde det i en spand med vand. Hun informerer faglærer om dette.

"Det var da ikke så godt" siger hun til Marie og går sin vej. Efter rengøringen tænker Marie sig lidt om og siger til hende: "Hvis man kan løbe tør, kan man vel også løbe våd".

## For kort eller for lang?

Oliver "brokker" sig ofte over at morgenmøderne bliver lidt for lange. Tilsyneladende kan de også blive for korte!!! Så da morgenmødet en dag var overstået på 5 minutter var Oliver's kommentar "Er det ikke længere? - så kunne det jo slet ikke betale sig at komme til morgenmøde"?????

# Julemandskonkurrence - vinder

Her er resultatet og svarene på julemands-konkurrencen, som kørte på pgupress i december. Konkurrencen gik ud på, at man skulle gætte hvem af de ansatte på PGU, der var klædt ud i julemands kostume.

1. december: Simon
2. december: Jesper (vejleder Skovvej)
3. december: Naim
4. december: Thomas (forstander)
5. december: Tina (kantine)
6. december: Tina (vejleder)
7. december: Svend-Erik
8. december: Kent
9. december: Janni
10. december: Dorte
11. december: Andreas
12. december: Tell
13. december: Kim
14. december: Jette
15. december: Britt
16. december: Jonna
17. december: Merete
18. december: Pia
19. december: Lars
20. december: Lykke
21. december: Helle
22. december: Dorte (gartner)
23. december: Thomas (medie)
24. december: Jesper (vejleder Ebeltoftvej)



Der blev trukket lod mellem de indsendte besvarelser, og vinderen blev Marie, der formåede at svare rigtigt på alle spørgsmålene (med lidt hjælp fra en faglærer). Her står hun med præmien, som var en pose marcipan-bolde og en 'julemand' :-)



1. dec. Hvem er jeg?



2. dec. Hvem er jeg?



3. dec. Hvem er jeg?



4. dec. Hvem er jeg?



5. dec. Hvem er jeg?



6. dec. Hvem er jeg?



7. dec. Hvem er jeg?



8. dec. Hvem er jeg?



9. dec. Hvem er jeg?



# PGUer UNDER

Mark

:-) LUPPEN



Navn: Monica

Fødselsdag: 19 april 1998

By: Billund

Stjerne tegn: Vædderen

Antal søskende: Jeg er den yngste, 2 søstre 3 brødre

Arbejde: Gartner

Har du en kæreste: Nej

Kæledyr du har eller har haft: Fugle, katte, 2 hunde, får, geder, høns, ænder og skildpadder

Yndlingsdyr/Hadedyr: Fritter/Snegle

Yndlings-/Hadesport: Boksning/Fodbold

Det værste du ved: At få noget at vide man skal og så man glemmer det igen med det samme

Oplevelse du husker: Dengang jeg skar mig selv i fingeren, da jeg snittede pinde som spejder

Hobby: Computer

3 ting på du vil have med på en øde ø: En bog om hvordan man laver en båd, et eller andet mad der fylder meget, men stadigvæk holder i rigtig lang tid, og en kniv

Hvis du vandt 10.000 kr.: En computer

Bedste ved PGU: Ved ikke, arbejde er okay

Værste ved PGU: At folk banker på min dør hele tiden :-)





# Gratis drømmetydning

Hvis du har haft en sær drøm, som du gerne vil have tydet, kan du sende en mail til [marieloefting@gmail.com](mailto:marieloefting@gmail.com) og få den udgivet i Smøren i drømmetydnings-artikkelen. Du må godt være anonym.



10. dec.

Hvem er jeg?



11. dec.

Hvem er jeg?



12. dec.

Hvem er jeg?



13. dec.

Hvem er jeg?



14. dec.

Hvem er jeg?



15. dec.

Hvem er jeg?



16. dec.

Hvem er jeg?



17. dec.

Hvem er jeg?



18. dec.

Hvem er jeg?



19. dec.

Hvem er jeg?



20. dec.

Hvem er jeg?



21. dec.

Hvem er jeg?



22. dec.

Hvem er jeg?



23. dec.

Hvem er jeg?



24. dec.

Hvem er

5

# Julefrokost på PGU

Danny

## Medielinjen



Ja, man kan godt se at der ikke er sparet på noget, når det kommer til at holde et ordentlig brag af en juleafslutning på PGUs medielinje. Der var noget for hver person når det kom til maden. P.S. Ved ikke med jer andre, men jeg synes selv fisken og rejerne var det bedste .^\_^.

Efter at vi havde fyldt vores maver med mad, skulle der selvfølgelig bingo på bordet og i kan tro at alle gik til den med fuld drøn. Som i kan se så var der ikke en eneste person som bare nøjes med en plade, næ nej, alle ville havde mindst to plader hver og så gik det bare stærkt med at få lagt brikker på dem alle sammen.



Som i kan se i billedet til venstre, ser i PGUs kantine være midt i deres julefrokost på Cafe Campus, med lidt af hvert på deres tallerkener.

Mine kilder fortæller mig at de også var en tur på slagterafdelingen i Meny, gad vide om stedet gav gratis smagsprøver, det ville være dejligt at få tilbudt noget lækker.

Yasmine kunne lide det hele og spiste op :-)

## Kantinen





### **eShower**

Det nyeste inden for bruser teknologi, den kan mindske forbruget af vand med 70% og kommer med en 30 års garanti.

Den kan ikke kalke til og er lavet i forkromet DZR messing så den vil heller ikke ruste eller ophobe bakterier.

<https://www.alkaway.com.au/shop/e-shower/>

Prisen varierer fra 1100 kr. til 1487 kr. alt efter om man køber extra tilbehør



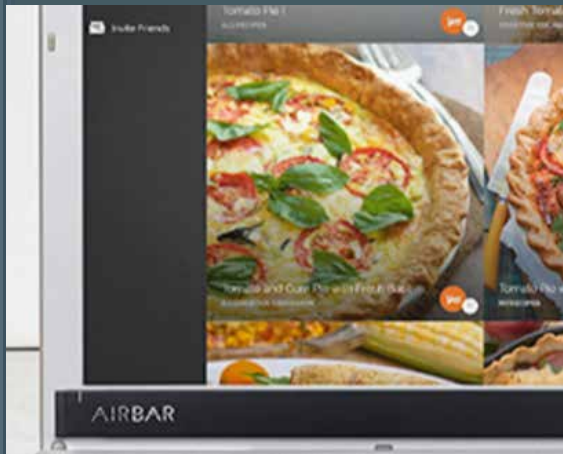
### **Stainless Steel Rolling Pin with (6) Multi color Discs**

Er en dej ruller til præcision - lavet delvist af rustfrit stål of plastik den har skiver som let kan bruges til at få den perfekte tykkelse dej. Kan vaskes i opvaskemaskinen. Rullen er næsten 1/2 meter lang og passer til de fleste opgaver, f.eks. pizza eller tærte. Den udrullede dej kan efterfølgende fryses ned til senere brug.

[https://www.amazon.com/Gadgets-Stainless-Steel-Rolling-Multi/dp/B01LXLM6BU/ref=cm\\_cr\\_arp\\_d\\_product\\_top?ie=UTF8](https://www.amazon.com/Gadgets-Stainless-Steel-Rolling-Multi/dp/B01LXLM6BU/ref=cm_cr_arp_d_product_top?ie=UTF8)

Prisen er 228,31 kroner.

# Gode Gadgets



## Airbar

En gadget til folk med laptop der ikke har en touch screen.

Produktet virker på flade skærme for windows 8 og 10.

Airbar er til 15.6, 14.0 og 13.3 skærme, prisen er omkring 600 kroner og 500 hvis du er amerikaner.

<http://www.air.bar/>



## Snowball Maker

Den lever op til dens navn får med den kan du lave snebolde uden at røre ved sneen hvilket holder ens hænder fra at blive våde eller kolde. En gadget man må have til en snebold kamp, den koster kun 69 kroner.

<https://www.coolstuff.dk/snowball-maker>



## Sushi bazooka

En gadget til sushi entusiaster der godt kan lide at spare tid - for med Sushi bazooka går det hurtigt med at lave masser af lækker ruller.

Den er designet til at lave ruller med mål på : ca. 29,5 x 5,5 cm hvilket er ret stort når det kommer til sushi.

<https://www.coolstuff.dk/Sushi-Bazooka>

Prisen er 169 kroner.



**Regler Pindekast:** Man kaster pinde fra længere og længere afstand mod en trækasse. Hver deltager har 3 pinde til at ramme pr. runde. Rammer man ikke er man ude! Folk falder fra løbende og til sidst er det et meget langt kast der skal til for at blive mester - ca. 20 meter, sejt !!!

## Træværkstedet

Træværkstedets julefrokost forløb som vanligt - morgenhygge med bobspil, dart og pindekastekonkurrence! Kastekonkurrencen er altid spændende fordi alle ønsker at vinde og blive værkstedsmester. I år blev Peter Kjærsgård suveræn vinder!! Efter morgenhygge spiste vi lækker julefrokost fra

C afé Campus med alt hvad hjertet kan begære! Mandelgaven gik i år til Andreas Parby og Daniel Tornbjerg. Pakkespil nåede vi også, stor kamp om gaverne og mange glade vindere :-). En rigtig fin dag med godt humør og god mad...

## Gartneriet



Her er så det sidste, men ikke mindst vigtige værksted - gartneriet var til julefrokost hos Arne i Allingåbro.

Ser hyggeligt ud ikke?

# Fantastisk åbningsevent af Århus som årets Europæisk Kulturhovedstad

Michael Cention Bruun sendte os dette fantastiske billede fra den 21. januar hvor der var åbning af Århus som årets Europæisk Kulturhovedstad. Et optog med tusindvis af oplyste lanterner, tæt på tusind korsangere og musikere samt mange tusinde medvirkende bevæge sig gennem byen.

I de følgende knap to timer forvandles Aarhus' gader til et flydende hav af varme, lys og mennesker, som bar tusindvis af oplyste skibe dekoreret med tegninger, håb, og ønsker for fremtiden.

Igennem hele året vil der være udstillinger, kunst, musik, teater og andre events rundt om i byen. Tjek kalenderen ud på hjemmesiden

[www.aarhus2017.dk](http://www.aarhus2017.dk) og se om der er noget du vil se, mange af arrangementerne er gratis :-)



# Har I husket kage?

- det var kommentaren Daniel mødte os med, da Medielinjen besøgte ham, for at høre om hans praktik og kommende elevplads hos Århus Teater. Vi havde selvfølgelig glemt kage, men heldigvis ligger bageren lige om hjørnet – så kagen blev hentet mens Daniel gjorde kaffen klar...

Med kage og kaffe på bordet begynder Daniel at fortælle om sit job. Daniel har været i praktik på Århus teater i næsten 1 år. Da Daniel havde arbejdet på PGUs træværksted i ca. 1/2 år havde han ønske om at komme i ekstern praktik - og PGU fik lavet en aftale med Århus Teater, som var friske på at tage Daniel i en 14 dages praktik til start. Praktikperioden er så blevet forlænget gang på gang, da både Daniel og praktikstedet har været super glade for samarbejdet.

Daniels job er at være med i teamet som bygger kulisser til forestillingerne som kører på teateret. Noget af arbejdet foregår på et værksted hvor delene bliver lavet. Anden del af arbejdet er opstilling og nedtagning på selve scenen. Der er et rigtigt godt kollegaskab mellem de ansatte og de kan også have lidt sjov med hinanden.



Daniel har også lidt at gøre med lys og effekter på scenen, så opgaverne kan være meget forskellige. På teateret møder Daniel tit nogle af de "kendte" - dvs. skuespillerne som er med i forestillingerne - f.eks. Ole Thestrup. Daniel og de andre ansatte har mulighed for at komme til forpremiere til forestillingerne, så de kan se det endelige resultat af deres arbejde :-)

Billederne som er vist her på siden er taget af Daniel under arbejdet med opstillingen af scenen til Fakiren fra Bilbao.



# Lækker "Skraldemad"

Cafe Campus har et par gange inviteret kunder til gratis "skraldemad", dvs. maden er doneret af lokale supermarkeder. Bofællesskaberne i PGU har benyttet sig af tilbuddet om gratis mad og hyggeligt samvær.



4. januar var Borup og Toftevej på Café Campus. Der blev serveret 2 forskellige farsbrød, salater, ovnkartofler med krydderier, appelsinfromage og frugter.

Maden gratis, der skal kun betales for drikkevarer. Man skal huske at melde sig til i god tid, da der er rift om pladserne.

**Det forlyder at der kommer en "skraldemad" aften igen den 21. februar kl. 18, så skynd jer at melde jer til hos Lars på Caféen...**



Den 24. januar var tilbuddet der igen og 40 glade gæster deltog i fællesspisning af biksemad.



# Den nordiske mytologi

Kirstine

Den nordiske mytologi er en folketro. Folketro betyder, at man tror på, at naturen er fuld af overnaturlige væsner, som man, som vi mennesker, skal finde ud af at leve sammen med. Derudover er der i troen en masse andre ting, og nogle af dem vil man kunne høre om her.

## Nordiske guder - og gudinder

### Gudegrupper

#### Aser

Asa-guder bor i Asgård. De er uddødelige, indtil at jorden går under ved, det man kalder, Ravnerok.

#### Vaner

Vane-guder kan godt dø. De bor i Vanehjem. De har været været uvenner med Asaguderne, da de forsøgte at erobre Asgård. Begge gude(racer) er dog venner igen. Vaner er desuden frugtbarhedsguder. Frugtbarhedsguder er guder, der hjælper med at skabe nyt liv, f.eks. ved at få dyr til at pare sig med hindanden, så der kommer unger.

### Nogle af de forskellige guder

#### Asaguder

##### Odin

Aseguden Odin er overhoved for de andre guder. Han er blandt andet gud for krig, og det siges, at alle afdøde krigshelte bor med ham i hans hjem i Valhal. Odin har ofret sit ene øje for at få mere visdom/klogskab, og for at kunne se ind i fremtiden.



##### Thor

Thor er endnu en asagud. Han er gud for slagsmål og torden og er ofte i kamp med de onde jætter. Det siges, at når det tordner, er det fordi at Thors gedebukke trækker ham i hans vogn frem og tilbage over himmelen og han svinger sin hammer, Thor er desuden Odins søn.



##### Frigg

Gudinden Frigg er gift med Odin og gudinde for ægteskabet. Hun er også en asagud. Frigg kan også se ind i fremtiden ligesom sin mand.



#### Vaneguder

##### Freja

Vane-gudinden Freja er gudinde for Kærlighed og nyt liv (når børn bliver født)



##### Idun

Idun hører også til blandt vanerne. Hun er gudinde for evig ungdom og lader de andre guder

spise æblerne fra et magisk træ, så de kan holde sig unge.



##### Njord

Njord er en vane-gud og guden for alle vejrtyper, ilden og vandet. Fiskerne ofrer ting til Njord, fordi at de håber på god fangst.



#### Valhal

Både Asgård og Vanehjem ligger i Valhal. Desuden ligger Odins borg, med alle de faldne krigere også der. Man kan derfor sige, at Valhal er gudernes verden.



#### Helhjem

De mennesker, der ikke dør i kamp og kommer til Valhal, kommer til dødsriget Helhjem og det er ikke et rart sted at være. I Helhjem hersker gudinden Hel.

# Unge fra PGU i Den Gamle By anno 1864

I de to første uger i december var Kirstine og Marie i praktik i Den Gamle By. De skulle klædes ud i 1800-tals tøj og sælge peberrod, jordskokker, æblekål, honningkagehjerter, æbler og valnødder. De solgte rigtig meget og snakkede med de gæster, der kom forbi deres bod. De fik også en smagsprøve på, hvordan det er at være kendt, da folk hele tiden tog billeder, og de blev tit stoppet på gaden, fordi folk ville snakke med dem. Det sværeste var, at de ikke måtte bruge moderne ord i samtale med andre folk i Den Gamle Bys gader. De måtte f.eks. ikke sige 'okay' eller 'hej'. De faldt dog i flere gange - selv deres erfarne 'bedstemødre' blev også taget i det! Men det var sjovt og lærerigt for dem begge to.



Marie

# Romantisk valentinsdag for kærestepar

Valentinsdag, som fejres 14. februar, er kendt som "de elskendes helligdag". På denne dag udveksler par kort, blomster, chokolade eller andre former for kærlige gaver.

Valentinsdag er i moderne tid blevet sat i forbindelse med den gamle romerske højtid Lupercalia, men ikke alle forskere er dog enige i dette. Festivalen Lupercalia blev afholdt den 15. februar til ære for en af de romerske guder, Lupercus, og en række ritualer, som skulle sikre frugtbarhed, var et vigtigt element i festen.

Helligdagen blev indført af pave Gelasius i 496 e.v.t. og blev opkaldt efter den romerske præst Valentin. Hvem han var er stadig usikkert.



Legenden fortæller, at da kejser Claudius II beordrede romerske soldater til ikke at gifte eller forlove sig, trodsede Valentin dette dekret og fortsatte med at vie unge soldater. Han blev som følge heraf arresteret, sat i fangenskab og senere henrettet ved halshugning den 14. februar. Den romerske-katolske kirke udnævnte ham efter hans død til helgen som Sankt Valentin.

Afholdelse af valentinsdag i Danmark er en forholdsvis ny tradition. I Finland, hvor dagen har været fejret siden 1989, er det den næstvigtigste sæson for afsendelse af postkort med 5-5½ mio. valentinskort. USA må siges at være foregangsland for helligdagen. Der sendes hvert år 192 millioner valentinskort.

Nicolai





## Jætter

Jætterne bor i Udgård. De ligner mennesker, men er kæmpe store. Derudover er de onde og vil gerne i krig med guderne.



## Loke

Loke er gud for latter og ild og ikke til at blive helt klog på. Han er egentlig født jætte, men er opvokset i Valhal sammen med Odin og de andre guder. Når guder og jætter engang imellem kommer i konflikt, er det ikke helt let at gennemskue om det er Loke, som gør at det stopper, eller om det i virkeligheden er ham, der starter postyret.



Loke er far til tre uhyrer:

**Midgårdsormen** - en lang orm, som ligger hele vejen rundt om Midgård (menneskernes verden)



**Hel** - dødsrigets gudinde. Hun har ikke en rar skikkelse. Den ene del af hendes krop ligner et menneskes og den anden ligner et rådent lig.



**Fenrisulven** - en dæmonisk ulv, som bor i Valhal. Det er kun krigsguden Tyr som tør fodre den.



## Hvad med menneskerne?

Vi, mennesker, bor i, det som hedder, Midgård. Midgård ligger midt imellem Valhal (gudernes verden) og Udgård (jætternes verden).



## Blot

Folk som tror på nordisk mytologi (asetroende), beder ikke til guderne. I stedet holder de mindst fire gange årligt Blot. Blót betyder oftring og er et ritual, hvor man mødes med andre med samme tro, for at hidkalde og ofre til guderne.

Man gør det for at vise sin taknemmelighed.



## Yggdrassil

Hele den Nordiske mytologis verden hænger sammen med et træ som hedder Yggdrassil. Fra kronen til rødderne går det igennem tre planer: Himmel, jord og underverdenen.

Træet har tre rødder. Henholdsvis i dødsriget, Midgård og Udgård. Navnet yggdrassil betyder, 'den stykkes hest'. Guden Odin har tilnavnet 'den stykke'. I følge det gamle digt *Ha'vema'l* hængte han sig nemlig op i træet for at få viden om ragnarok. Træet blev derfor ligesom hans hest - den stygges hest.

Omkring Ydressil er der nogle dyr. blandt andet en ørn i toppen og en drage i bunden ved rødderne. Desuden piler der et egern op og ned af træets stamme med besked mellem verdenerne.



## Nordisk mytologi i dag

Den Nordiske Mytologi var, hos os, mest udbredt i vikingetiden, men den dyrkes også i dag.

# På besøg hos en asatroende

Kirstine



**Over bindingsværkhusets indgang hænger der en række runer, og dørhammeren er formet som Thors hammer. Der er ingen tvivl om, at vi skal ind til en asatroende. Loke Trolldravn, som manden hedder, lukker os smilende ind i husets entre.**

Da vi forstætter ind i huset, ser vi, at stuen også er præget af Nordisk mytologi. Blandt andet hænger der et billede af Loke(guden) og forskellige ting, som har med denne at gøre. Eksempelvis Midgårdsormen og Fenrisulven. Derudover står der også en træfigur af Livstræet på en reolhylde.



## **Vejen til Asatroen**

Loke opdagede, at han var asatroende for omkring tolv år siden. Der var lidt en glidende overgang, hvor han undersøgte og læste meget om troen for at finde ud af, om den var noget for ham.

Det var den, og han er nu, på tredje år, formand for Forn Sidr, som er det eneste godkendte asatros-samfund i Danmark.

## **Asatroen i dagligdagen**

Asatroen fylder rigtig meget i Lokes hverdag. F.eks. er det mad, han spiser så økologisk som muligt.

"De hænger sammen med, at vi som asatroende går højt op i, at man skal bevare naturen" forklarer han.

Loke arbejder desuden som chauffør for handicappede. Det gør han, fordi at asatroen handler om at man skal passe på dem, som måske ikke kan passe på sig selv.

## Løb

En giraf kan løbe 56 km/t over korte afstande og 16 km/t over længere afstande.

## Giraffa camelopardalis

Giraffens latinske betegnelse er 'Giraffa camelopardalis', hvilket stammer fra den romerske kejser Julius Cæsar. Han navngav giraffen 'cameleopard', fordi han syntes, at den lignede en krydsning mellem en kamel og en leopard. Cæsar havde i øvrigt fået giraffen som en gave af egypterne og endte med at fodre den til sine løver for at vise sin magt.

## Parring

Hungiraffer er kun villige til at parre sig i en kort periode hver 2. uge. For at hangiraffen kan vide, hvornår hunnen er klar, urinerer hunnen regelmæssigt i munden på hannen – og når urinens smag forandrer sig, er hun klar.

## Giraffer der slås

Giraffer er sociale, fredelige dyr, der kun sjældent slås. Hannerne har en dog en speciel adfærd; de slår deres halse mod hinanden. Disse episoder varer typisk kun et par minutter og resulterer sjældent i skader.

## Giraffens pletter

En girafs alder kan ses på dens pletter; jo mørkere pletterne er, jo ældre er giraffen.

## Horn

Både hun- og hangiraffer har 2 særlige, hårdækkede horn på hovedet. Hangiraffer bruger af og til disse horn til at kæmpe mod andre hanner.

## Hals

Giraffers halse er for korte til at nå jorden, når de står op. Derfor er de nødt til på akavet vis at sprede benene for at bringe kroppen tættere på jorden, når de f.eks. skal drikke vand.

## Væskeindtag

Giraffer drikker kun vand en gang i mellem. Størstedelen af deres væskeindtag stammer fra de planter, de æder. Girafunger behøver stort set ikke drikke vand, hvilket er praktisk, da de netop er mest sårbare overfor krokodiller.

## Maver

Giraffer har 4 maver ligesom køer, hvilket hjælper dem til at fordøje deres føde.

Sannie

Her ses hvordan en giraf bøjer sig ned når den ska drikke vand.

## Højeste dyr

Giraffer er de højeste dyr i verden. Giraffers ben og selv nyfødte girafunger er højere end de fleste mennesker.

## Stående

Giraffer tilbringer det meste af deres liv stående; de står endda op, når de sover!

## Søvn

Giraffer sover kun omkring 2 timer pr. døgn og har ét af de mindste søvnbehov af alle pattedyr

## Fødsel

Giraffer føder også stående! Ved fødslen falder deres unger mere end 1,5 meter (og rammer jorden).

## Hurtigt på benene

Nyfødte giraffer er i stand til at stå op inden for 1 ½ time efter fødslen. Efter kun 10 timer kan de løbe sammen med deres familie.

## Pasningsgrupper

Girafunger tilbringer det meste af deres tid i "pasningsgrupper" indtil de er omkring 5 måneder gamle. I grupperne leger de med andre unge giraffer.

## Ingen sved

Giraffer sveder ikke, men er i stand til at regulere deres kropstemperaturer efter deres omgivelser. Alt dette hjælper til at minimere deres vandforbrug.

## Pletmønstre

Ligesom menneskets fingeraftryk, zebraens striber og hundenes snuder, findes der ikke 2 ens pletmønstre på giraffer; de er alle unikke.

## Blå tunger

Giraffernes tunger er 45 cm lange og specielt tilpassede giraffernes livsgrundlag; at æde dele af planter og træer, der er utilgængelige for andre dyr. Dette gælder både i forhold til høje træer, men også planter med torne o.lign. Tungen er i øvrigt blå, hvilket beskytter den mod solskoldning.

## Fødder

En girafs fødder har en diameter på ca. 30 cm og er dermed på størrelse med en tallerken. Hungiraffer bruger deres hove til at forsvare deres unger og er stærke nok til at dræbe løver!





Man kan også se på Trolldravns arme, at han tror på Nordisk mytologi. De er nemlig spækket med tatoveringer af tegn derfra.



### Man skal holde, hvad man lover

Der er ikke én bestemt måde at være asatroende på, og man må selv om, man praktiserer troen alene eller sammen med andre. Der er dog en ting, som er vigtig, og det er eder(løfter).

Mens vi snakker, finder Loke fire edsringe frem. De er meget flotte og i forskellige udsmykninger. Der er en til hver årstid.

Hvis man giver nogen et løfte, tager man fat i den ene side af ringen og personen, man lover noget, tager fat i den anden.

Derefter siger løftegiveren: "For guder og for mennesker aflægger jeg ed på (et eller andet)". Når man så gør dette, kommer løftet ind i ringen og bliver ubrydeligt.



### Konsekvensen ved et løftebrud

Hvis man så alligevel bryder et løfte, bliver man i asatroskredse betragtet som, det man kalder, en nidding. "Det er det værste skældsord vi har, og ikke noget vi spørger med" siger Loke alvorligt. En nidding er en person, som man ikke stoler på. Personen kan stadig være asatroende, men er ikke en, man lover noget som helst. Hvis man en gang er blevet en nidding, er man det resten af sine dage.

### Mjødbrugeri som hobby

Som asatroende drikker man ofte mjød. Det giver meget mening, for troen er gammel, og mjød er også en gammel drik. Loke har sit eget bryggeri derhjemme, hvor han på hobbybasis brygger den skønne drik. Vi går derud og kan se et hav af forskellige slags mjød og får også smagt på en af dem.



### Navnet Loke

Loke forklarer nogle grunde til, at han hedder det, som han gør.

- Grunden til, at jeg har valgt at hedde Loke, er, at han (guden Loke) ligner mig på en række punkter. Ikke fysisk, men mere i symbolikken.
- F.eks.: er han ildens gud og er derfor til tider ustyrlig og impulsiv, - jeg er selv født i løvens tegn (ildtegn).
- Derudover er Loke latterens gud - jeg bruger humor meget både i livet generelt, men især når jeg holder foredrag (om asatroen)
- Desuden er Loke generelt misforstået og får skyld for alt muligt, og sådan har jeg det også, forklarer Loke Trolldavn.

### Fakta om Forn Sird

*I 1997 gik 12 personer sammen og dannede grundlag for det, som idag hedder Forn sird og som er et Asa- og Vanetrossamfund. Navnet ford sird kommer af betegnelsen 'hin forni sior' som betyder 'den gamle skik'.*

*6 år efter at de 12 var mødtes (i år 2003) blev trossamfundet officielt godkendt af den daværende kirkeminister.*

*Godkendelsen betyder blandt andet, at det kan vie brudepar (gøre så de bliver gift). Det er så her Loke er formand.*

# Er du klog på kager?

Sæt et kryds ved den kage du tror er rigtig!

Mark

	<input type="checkbox"/> Træstamme	<input type="checkbox"/> Sovepose	<input type="checkbox"/> Marcipanstang	<input type="checkbox"/> Rustent søm
	<input type="checkbox"/> Øretæver	<input type="checkbox"/> Kiksekage	<input type="checkbox"/> Medalje	<input type="checkbox"/> Jordbærkage
	<input type="checkbox"/> Kartoffelkage	<input type="checkbox"/> Napoleons hat	<input type="checkbox"/> Kransekage	<input type="checkbox"/> Marcipantop
	<input type="checkbox"/> Lagkage	<input type="checkbox"/> Bryllupskage	<input type="checkbox"/> Othello lagkage	<input type="checkbox"/> Bagerens drøm
	<input type="checkbox"/> Flødekage	<input type="checkbox"/> Bakketop	<input type="checkbox"/> Gåsebryst	<input type="checkbox"/> Pyramide
	<input type="checkbox"/> Hindbærssnitte	<input type="checkbox"/> Brownie	<input type="checkbox"/> Studenterbrød	<input type="checkbox"/> Chokoladekage
	<input type="checkbox"/> Kajkage	<input type="checkbox"/> Romkugle	<input type="checkbox"/> Grønkage	<input type="checkbox"/> Andreakage



Tag en gryde, åben poserne med suppe og sæt gryden på 6, så venter du bare indtil suppen bliver flydende, husk at sørge for den ikke brænder på.



Når suppen er blevet varm, skruer du ned på varmen til omkring 2, på den måde holder den sig varm uden at brænde på, husk at røre i den.



Hvis du er lige så glad for krydderier som jeg er kan du komme lidt chilipulver, hvidløg eller noget helt andet du selv elsker i suppen for lidt smag.



Hvis du har gjort det rigtigt burde dit brød være dejligt sprødt som de her hjemmelavede og hvidløgbrødstykker er, ser lækkert ud ikke.



Tag noget af dit dejlige, sprødt, hjemmelavede brød eller dit hvidløgbrød, for min skyld kunne du tage begge. Sæt dig tilbage og nyd frugten af dit hårde arbejde - en herlig portion af noget nemt mad som er hurtigt at lave og som smager rimelig lækkert.

# Tomatsuppe med forskellige slags brød

Danny



## Til 4. Personer

- 1 pose suppehorn
- 1-2 poser tomatsuppe
- 1 tsk. salt
- Lidt sort peber
- 1 Pose flutes
- Paprika
- Pizza fyld
- Rapsolie
- Hvidløgbrød



Tag en gryde og kom vand i den, hæld suppehorn i så det fylder det 1/2 af vandet nede i gryden.



Læg et dørsalg i vasken og kom suppehornene ned i så vandet kan blive siet fra.



Skær dine flutes i halve, kom bagepapir på en bageplade og smør olie på den flade side.°



Kom forskellige ting som du kan lide ovenpå brødet, altså tomater, ost, krydderier osv.



Kom hvidløgbrødet og flutes i ovnen og lad dem bage 15-20 min. med varm luft.



Når brødet er færdigt så kom papir i en kurv, bagefter skærer du brøddet og kommer i kurven.

# Kender du til vinterdepression?

## - Så er der hjælp og forståelse at hente

Kirstine

### Fakta om vinterdepression

- Mange kender til at man mister energien, bliver trist, og at det kan være lidt sværere at forlade sengen, i vinterperioden.
- For nogle kan disse ting forekomme i så ekstrem grad, at det er besluttet ødelæggende for deres liv. Disse personer kan også lide af SAD (Seasonal Affective Disorder)
- Forskning på området har vist, at 10-15% af den danske befolkning rammes af vinterdepression i varierende grad.
- På verdensplan er der større risiko for at få vinterdepression, jo længere væk fra Ækvator man bor.
- Noget af det, som kan hjælpe mod vinterdepression, er lysterapi.



Her ser vi Andreas sidde ved en terapilampe. Han sidder ved den i 20 minutter, og han stirrer intenst ind i den hele tiden.

### Hjælp mod vinterdepression

Vinterdepression opstår, fordi man mangler lys. Den mest effektive behandling, mod det, ville derfor være, at man i vinterperioden tog et varmt sted hen med meget lys-tæt på Ækvator.

Det er dog ikke alle, som har mulighed for det, hvis man har arbejde eller skole at passe.

Den næstbedste løsning er lysterapi. Den mest almindelige måde, at få det på, er gennem en lysterapilampe.

Der er forskellige former for lysterapilamper med forskellige lysstyrker.

Lysstyrken måles i lux, og lampen kan afgive mellem 2.500 og 10.000 lux afhængig af hvor tæt man er på den. Til sammenligning kan en normalt belyst stue måle helt ned til 100 lux.

Behandlingen, med en lysterapilampe, foregår ved at den tændte lampe rammer dine øjne i et vist tidsrum. (30 minutter er det mest normale). For det meste sidder man ved den og kan sagtens lave forskellige andre ting, som eksempelvis at se TV og læse. Jo mere intenst man stirrer ind i den, jo kortere tid behøver man at sidde ved den.

### Har selv prøvet det

Den 35 årige lærer, Andreas Lundberg, kender godt til det med at føle sig lidt vinterdeprimeret. Han har haft, og har stadig, gavn af en lysterapilampe. Den startede han med at bruge for omkring 15 år siden.

”Lige pludselig kunne jeg bare blive helt ulykkelig,, og det var jo underligt, for jeg havde egentlig et ok liv” fortæller han.

Den triste sindstilstand kom, når det var mørkt og koldt.

Efter at have haft det sådan lidt, gik Andreas til lægen, som foreslog, at han anskaffede sig en lyslampe.

Første gang, at han brugte den, havde den en markant effekt.

”Det var morgen og mørkt udenfor, og da jeg tændte den blev jeg helt varm og følte mig vældig godt tilpas. Da jeg så gik udenfor i frostvej og mørke, blev min krop mega forvirret, og jeg tænkte -Andreas, det var da sommer lige før, og hvorfor er jeg så lige ved at glide (på isen) nu? Det var helt surrealistisk,” forklarer han afslutningsvis.



## Medielinjen

Kurser i Adobe programmerne er planlagt i hele foråret på Medie - InDesign, film og Photoshop. Eleverne bliver "toptunet" og klar til at løse nye opgaver.



## Gartneriet

Vi mødte også Svend Erik, som vist tilhørende værksted, hvor man er i g og ordne PGU-husenes græsslåmask til når foråret kom

Stort tillykke til Jesper som nu har fået flexjob på kantinen :-)

## Kantinen

Da vi kommer forbi kantinen holdte medarbejderne formiddagspause. Det er der også tid til midt i travlheden. For nylig lavede de mad til et nytårsarrangement for omkring 110 mennesker. Der blev så meget overskud af kage, at de måtte give det væk :-)

læk  
salat  
heost  
lederis  
mater  
rødder





På gartneriet er de gang med at potte op og gøre klar til produktion af planter til foråret. På deres marker står bl.a. hvidløg, som skal høstes til foråret.



e os op i gartnerens gang med at tjekke reiner, så de er klar ommer.



## Træværkstedet

På træværkstedet kom vi næsten lige, da de skulle til og ud af døren og hen i en tømmerhandel. Men vi fik alligevel nået at snakke lidt med nogen af dem. Jacob var i gang med at lave nogle sidste små detaljer på et stort bord og Thomas og Camilla var i gang med at bore i nogle planker. Derudover er der jo hele tiden småreparationer rundt omkring i husene. På Ebeltoftvej er de i gang med en større reovering.

# Februar 2017

1.	onsdag	UFL Rosenholm klub aften (Christian)
2.	torsdag	
3.	fredag	
4.	lørdag	
5.	søndag	
6.	mandag	
7.	tirsdag	
8.	onsdag	UFL Rosenholm Kombi bio (Alle for tre)
9.	torsdag	
10.	fredag	
11.	lørdag	
12.	søndag	
13.	mandag	
14.	tirsdag	
15.	onsdag	UFL Rosenholm mad aften
16.	torsdag	
17.	fredag	
18.	Lørdag	
19.	søndag	
20.	mandag	
21.	tirsdag	
22.	onsdag	STU reception kl. 14:00 UFL Rosenholm Fastelavn med UFL Grenaa
23.	torsdag	
24.	fredag	
25.	lørdag	Andreas P. 20 år
26.	søndag	
27.	mandag	
28.	tirsdag	



Julehygge på Ebeltoftvej



Vinderen af mandelgaven.



Så har Christina dækket op til julefrokost.