

PGU SMØREN

Fed viden du ikke bliver tyk af

April 2017

GRATIS
ENTRÉ



20
17 ROSENHOLM
FESTIVAL 2.-4.
JUNI

**KRETA AFLYST
PÅ GRUND AF
JORDSKÆLV**



PGUs nye forstander
Rosenholm Festival
Lidt om OCD
Tag på silde-fisketur
Gadgets - og cykler

Indhold

Indhold	2
Smørklatten	3
Sydfyn i stedet for Kreta	4
Ny forstander	5
Hvorfor fejrer vi påske?	6
Rosenholm Festival	7
Når ting bliver tvang	8
Datomad	9
Opskrift	10-11
Drømmetydning	12
Praktik på Borups	13
Opslagstavlen	14-15
Under luppen	16
Cykler og gadgets	17-18
Tema	20-24
Opgaver	25-26
Sarah om 3D	27
Sildejagten går ind	28



Endelig forår

Prøv at stille dig i solen - vend dit ansigt mod den og mærk forårets første varme solstref - det er guld til krop og sjæl...

Efter en laaaaang og kold vinter er der intet bedre end at kunne se frem mod en forhåbentlig varm og solrig sommer.

Det er som at vågne op efter at have været i en zombieagtig vintertilstand - husk at nyd det.

Vi ønsker alle en god påske :-)



April udgaven af "SMØREN" er lavet af: Kasper P., Marie, Tina, Camilla, Kirstine, Nicolai, Sannie, Martin, Oliver, Anders

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 ude i den vide verden!

UNDER :-) LUOPN

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?

Nu går sildejagten ind!

April er måneden, hvor de store stimer af sild kommer tæt på de danske kyster. Det er nærmest blevet en folkesport at fange de små sølvblanke kræ.

Er der dybt vand tæt på land, er der gode chancer for at hive, ikke bare en, men mange sild ind på land. Flere steder i landet, er det nærmest en familiesport, at gå på silde fiskeri, og de gode steder vil man opleve at lystfiskerne bogstaveligt talt står skuldre mod skuldre.

Sildene kommer til de danske kyster fra starten af marts til slutning af april, men det er dog tiladt at fange dem året rundt, og man kan godt havde heldet med sig uden for sæsonen. Sild kan fanges ved alle Danmarks kyster, men de fortrækker dog at komme ind til moler, fordi havet er dybt på grund af alle de skibe, der kommer ud og ind.

Hvor langt ud skal man før man kan fange sildene? Faktisk kan det let gøres fra kysten af, så længe sildene har dybe steder at gyde, og madding kan være alt fra silde forfang med et blink, til en prop med sandorm på, bare så længe du kan så fiskene i overfalden af vandet.

Langt de fleste, bruger de færdiglavet silde forfang, som består af en line, med 5-7 små kroge med "med glinsene fluer" med lod/blink i enden. Det er ikke usædvanligt, at der er fuldt hus på forfanget, hvis man rammer en stime.

Personligt foretrækker jeg markrel forfang, fordi krogene er lidt større, og det er lettere at få sildene til at blive på.



3D studio Max 2016



Jeg begyndte at "lege" med 3D-programmet hjemmefra i alderen af 15.

Første model jeg lavede skulle have været en hjelm med fjer.

(Inspireret af "The High Flying Sisters" fra Gaiaonline.)

Jeg blev aldrig færdig med den, da jeg arbejdede på en bærbar som ofte lukkede ned.

Den første model jeg blev færdig med var et viskelæder, højdetaljeret; det var en lille opgave som jeg fik af min underviser; **Tore**. -Jeg har dog ikke filen længere.

Men den sjoveste figur jeg har lavet er min "Owl" som jeg har gemt filen af, og også uploadet billeder af på **Wordpress**. -en ugle for skulle ligne lidt at være lavet af papir og været klippe-klistret sammen, i forskellige farver.

Det sværeste af 3D modeller er hver gang jeg begynder på en ny type.

På nuværende tidspunkt er det "hår"

Der er så mange små dele som skal se gode ud sammen, det skal være luftigt men ikke mega (som en afro).

Når jeg beslutter mig for at lave noget nyt/ny 3D model, starter jeg med at se forskellige ting på nettet, serier, mode, film, spil.

Finder jeg noget som jeg gerne vil lave søger jeg på nettet efter nogle billeder hvorfra jeg kan lave en basis model ud fra.

Derfra kan jeg putte flere detaljer på og rette under vejs.

Det der tager længst tid er at forme modellen men det er også det sjoveste. -en anden meget lang proces er "UVW-mapping" som tillader en at bestemme hvor teksturer skal ligges på, hvor det skæres over og hvor det slutter.

Man kan bruge modeller fra 3Ds Max til mange forskellige spil/mods.

"<http://pgupress.dk/2016/12/02/3d-snapshots/>"

Jeg bruger mest mine 3D modeller til **IMVU**, hvor man laver mode og teksturer. (**Virtuel Mode Butik**) Meget kreativt community.

Jeg arbejder på en hair-mesh (hår model) "<http://tinyurl.com/h3yyaql>" for tiden, som er inspireret af en karakter fra "Katekyo Hitman Reborn!", ved navn "Spanner".

Han er en af mine favoritter i den serie og derfor ville jeg lave hans hår, da andre ikke har lavet noget som minder om det.

Jeg vil gerne blive bedre til "Skeleton" og "Skin" modifying, plus at lave bevægelses-animationer.



SMØR :-) KLATTEN

"SMØRET" viden

Her vil vi bringe små sjove, søde eller pudsige ting som er sagt, gjort eller oplevet i PGU - på værkstedet, derhjemme - eller i den vide verden!

LIGGER ELLER LÆGGER?

Marie - jeg må hellere tænde computeren inden den lægger æg!



SMIL OG VERDEN SMILER TIL DIG!!

Fik tilsendt denne kop fra Gartneriet - ikke nok med at vi har ja-hatten på drikker vi også ja-kaffe i PGU :-)



SOMMERTID - ISTID...

Så er foråret kommet og Borupvej "springer" ud - dvs. at havemøblerne er sat ud og så skal det indvies med en is på terrassen :-)



DET ER DYRT AT VÆRE FAGLÆRER...

- og er man samtidig lidt glemsom, er det ekstra dyrt. Faglærer tager Mark og Nicolai med på foto opgave på gartneriet og kantine - Mark begynder flittigt at tage billeder, men konstaterer hurtigt at der ikke er "kort" i kameraet - UPS! Hvem er den ansvarlige? Det må jo være den som tog kameraet med fra kontoret - SÅ SKAL DER GIVES KAGE IGEN!



KVAJE KAGE®

Sydfyn istedet for Kreta

PGU må desværre finde nyt sted til årets fællestur på grund af jordskælv på Kreta. Så i stedet for har PGU planlagt tur til sydfyn.

Sådan ser hotellet på Kreta ud nu!



PGU har på grund af jordskælvet på Kreta i hast måtte finde nyt feriemål for vores fællestur - turen går istedet til sydfyn!

Sydfyn er ideel i forhold til at lave fællesaktiviteter og samtidig prøve noget nyt og anderledes.

Vi skal bo på et økologisk, idyllisk landbrug og afprøve livet og arbejdet på landet.

- du kan blive jordbærplukker.
- du får også chancen for at høste vindruer for den lokale vingård.
- passe dyrene på gården (grise, køer, får og geder)
- eller passe markerne og grave kartofler op.

På gården er livet meget primitivt og uden moderne teknik - dvs. at vi også får lejlighed til at prøve et liv uden mobil og internet - det bliver en anderledes men fantastisk oplevelse.

OBS! Vi skal stå op kl. 4 hver morgen, for at passe dyrene. På den måde kan vi komme til at opleve de rigtige farmers rutiner.

Læs mere på bagsiden...



Her skal vi bo



SUDOKO

						4		2
		3	6		9	1	5	
9	1	8	4		2	3	6	7
5			9	6	4			
6	8		2			5		
4	7	9	5	8	1	2	3	
3		7		4	6			
	6	4				7		
8				2			1	4

9	4	3	8		3	7		1
6	5			7		2	8	9
	8			6			3	5
4		8			5		7	
7	9	2		8	1			
5			7	5	4			
		4		1				
3		9			7		1	8
		5		9	8	6		7

FIND ORDENE. ORDENE KAN STÅ I ALLE RETNINGER

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

ARTIST
DRESSUR
KLOVN
PUBLIKUM

BALANCE
DYR
LINEDANS
SAVSMULD

BILLET
ELEFANT
LØVE
SØLØVE

BOLD
HEST
MANEGE
TELT

CIRKUS
HUND
MUSIK
TIGER

CYKEL
JONGLØR
PISK
TRAPEZ

Find 10 Fejl



Tidligere skoleleder bliver ny forstander i PGU

Vi har sat os ind i et af PGU Rosenholm's lokaler, for at tage en snak med vores nye forstander. Hun hedder Birgit Smedegaard og er allerede erfaren i lederjobbet, da hun har været skoleinspektør.

Det er vigtigt for Birgit at forsætte det arbejde, som PGU allerede gør. Nemlig at gøre de unge så selv-hjulpne som muligt.

”Jeg vil gerne skabe nogle gode rammer, så I (unge) bliver klædt på, til at i efter PGU kan få et stabilt og godt liv med arbejde og bolig”.

Hvis jeg vandt i lotto ville jeg...

Give mine børn nogle penge.

Tage ud og rejse.

Give nogle af pengene til mennesker, som har lidt mer brug for dem end mig selv

-F.eks. nødhjælps-organisationer.

Mit liv er godt, hvis.....
det jeg laver, både arbejds-
mæssigt og privat, giver
mening for mig og jeg har
det godt med det.

Hun glæder sig desuden til at prøve at arbejde et mindre sted end på en almindelig skole.

”Det gør, at jeg har større mulighed for at lære alle medarbejdere og elever at kende” -

Inden hun søgte jobbet som forstander på PGU, arbejdede Birgit som selvstændig konsulent. Det blev hun dog træt af efter et år.

”Det blev for kedeligt at være alene. Jeg trives bedst, når jeg arbejder sammen med andre mennesker”, siger hun og smiler.

Bopæl og familie

Jeg bor Århus Nord med min mand og for ikke så længe siden boede mine tre børn der også, men de er dog flyttet hjemmefra nu.

Fritid og afslapning

Når jeg har fri og skal slappe af, kan jeg, blandt andet godt lide at hygge mig med en god bog eller film.

Så er jeg også lige begyndt at synge i kor, hvilket jeg er helt vild med.



Hvorfor fejrer vi påske?

Påske er ligesom alle andre helligedage noget af det der gentagne gange giver anledning til diskussioner om hvorfor det nu lige er at vi har fri. Hvordan er det lige det hænger sammen i forhold til kristendommen og biblen? Nedenfor kan du få lidt styr på påskedagene og andre traditioner forbundet med påsken.



Palmesøndag: Jesus rider ind i Jerusalem, og de begejstrede folkeskarer strør palmeblade for hans æsels hoved.

Mandag: Jesus jager de handlende bort fra Templet i raseri over handel på det hellige sted.

Tirsdag: Jesus underviser og taler med befolkningen - og advarer mod de skriftkloge og farisæerne.

Skærtorsdag: Jesus vasker disciplenes fødder (skær = ren) og spiser sit sidste måltid sammen med dem - og kalder det sit blod og legeme. Nadvaren indstiftes denne dag.

Langfredag: Jesus korsfæstes og lægges i graven om aftenen.

Påskelørdag: Denne dag er ikke nogen helligdag. Dagen er en sørgedag over Jesus død.

Påskedag (søndagen efter): Jesu grav findes tom.

Kristi Himmelfartsdag: 40 dage efter påske. Her fejres Jesus himmelfart. Ifølge Biblen kan Jesus, mellem påske og Kristi Himmelfartsdag, vise sig i glimt.

Men ud over de kristne traditioner, handler påsken også om gækkebreve, påskeæg og påskeharen. Og hvorfor så det?

Påskeharen kom oprindeligt springende fra Tyskland og er en slags mini-julemand, der gemmer æg i haven til børnene.

Påskeæg er en stor del af den danske påsketradition. Farvningen af æg går helt tilbage til 1600-tallet, hvor Christian d. 4.'s datter, Leonora Christine, fortæller, at hun byttede malede æg med en medfange i Blåtårnet.

Ægget har også altid været et symbol på liv, ligesom kyllingen inden i ægget bliver symbol på Jesu opstandelse.

Gækkebrevet var efter sigende en måde at knytte unge sammen på og inkluderede oprindeligt ikke et brev. Man lagde en vintergæk et sted, hvor den udkårne ikke kunne undgå at komme til at røre ved den, og så var den udkårne ens "gæk" det næste år.

Senere blev det skik at skrive et brev med vers og lægge vintergækken ved. Et sukkeræg skulle gives som bod, hvis den udkåre ikke gættede brevskriverens identitet.

Kilde: Berlingske



Knossos paladset

Dette palads fortæller utrolig meget om den minoiske tid (begyndelsen af Kretas bronzealder). Det blev bygget ca 2000 år f.Kr. og var meget stort. Der var omkring 1400 værelser og mange beboende på det. Den britiske arkæolog Arthur Evans fandt, ved hjælp af udgravning, frem til paladset i 1899, og man kan i dag se ruinerne af det.



Kloster Arkádi

I dette kloster gjorde beboerne oprør da tyrkerne havde besat Kreta i 1866. Stedet betragtes derfor som en national helligdom og slaget mindes hvert år i klosterkirken.

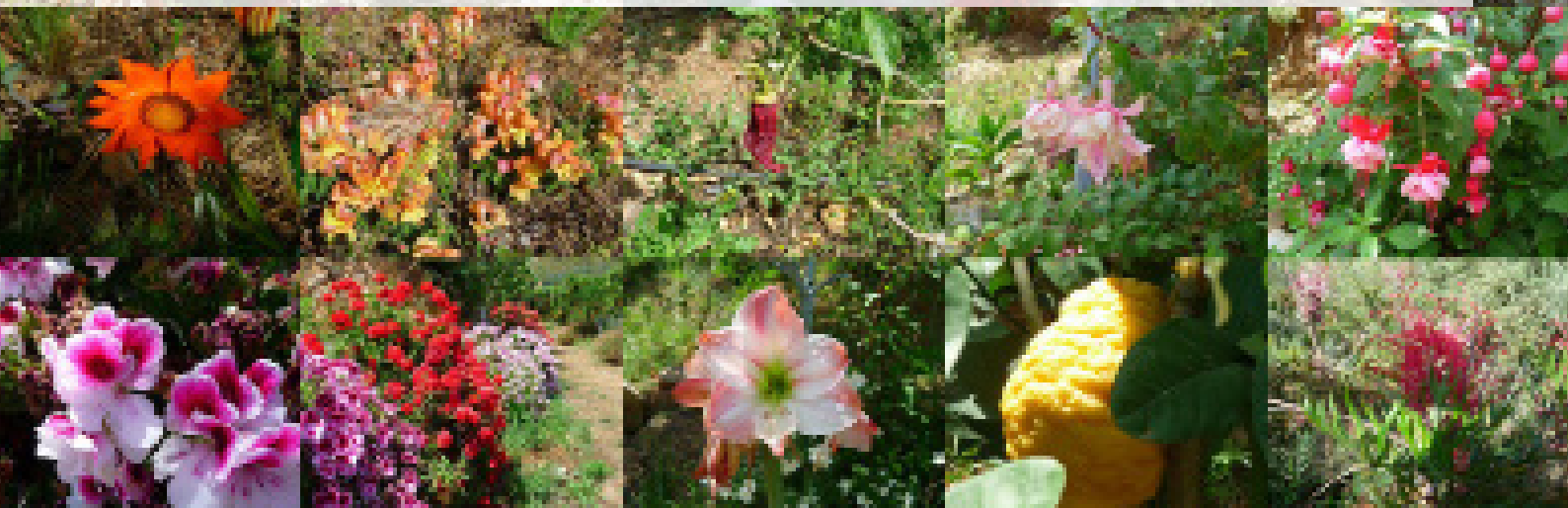
I dag huser Kloster Arkádi et museum, som fortæller historien om oprøret. Der er også en restaurant, som ligger i det oprindelige klosterkøkken.



Botanisk have

I den Botaniske have på Kreta har man mulighed for at gå en stille tur rundt og se på smukke blomster og planter. Der er også vilde fugle og sommerfugle.

På stedet findes der desuden en restaurant, hvor man, blandt andet, kan få serveret frisk presset appelsin juice, som er lavet af appelsinerne fra havens egne appelsintræer.



Elafonissi strand

Denne strand er blevet kaldt Europas smukkeste. Det ligner, at den er lyserød, fordi at sandet har en unik farveglød. Vandet kan være helt blå, når himmelen afspejles i det. Der er sjældent prop fyldt med strandgæster, fordi at Elafonissi ligger væk fra de mest overbefolkede turistområder.



**GRATIS
ENTRÉ**



**20
17** **ROSENHOLM
FESTIVAL** **2.-4.
JUNI**

Rosenholm Festival er en festival, hvor der er gratis adgang. Det er også der, hvor rigtig mange glade mennesker kommer for at høre musik og drikke øl og hyggesnakke med andre.



Nikolaj og Piloterne

Der blæser på alle måder friske vinde omkring Nikolaj & Piloterne. Nikolaj Christensen satte ellers musikken på pause efter albummet 'Valby Town' i 2010. Nu er de tilbage med slidstærk, rootsy og medrivende rock med åbenhjertige danske tekster og smittende live-energi.



Juncker M. band

Den anmelderroste sangskriver Juncker parrer voldsomt ætsende tekster, som tager udgangspunkt i nutidens højspændte negative energier, med et velklingende væld af gennemkomponerede melodier. Juncker sætter ord på nogle af de ting, der ikke er salonfædigt at lufte offentligt.



Pernille Rosendahl

I april 2016 udgav Pernille Rosendahl sit længeventede soloalbum "Dark Bird", og efter fem plader med Swan Lee og The Storm er den på mange måder et udtryk for en vilje til at tage sangen i egen hånd, og give sig den tid det tager at skabe den rette stemning.



Jonah Blacksmith

Vær beredt på en musikalsk oplevelse af de HELT store, når Jonah Blacksmith går på scenen. Sangene har siden debutalbummet Northern Trail fra 2014 taget afsæt i det personlige og vedkommende, og kredser om de ting, man er rundet af, dem man elsker, og frygten for at miste hinanden og sig selv.



Poul Halberg & Friends

Sangskriveren Poul Halberg's hånd er nu vendt tilbage til live-scenerne med et helt nyt band - Poul Halberg & Friends. Repertoiret er håndplukket blandt de bedste sange fra de sidste 35 år - bl.a. fra Halberg Larsen, Ray Dee Ohh og egne solo albums.



Sko/Torp

Sko/Torp udgav i 1990 deres debutalbum "On a Long Lonely Night", som sikrede duoen en grammy og sikker succes over hele landet og flere steder i udlandet. I oktober 2016 udkom det seneste album "After Hours", som anmelderne tog godt imod.

Når ting i hverdagen bliver en tvang

Kender du det med at skulle vaske dine hænder mange gange i løbet af en dag og at have din egen regel om, at du ikke må gå på hver anden hvide streg i et fodgængerovergangsfelt? Så har du måske lidt OCD.

OCD er forkortelsen for Obsessive Compulsive Disorder, som betyder tvangslidelse. Lidelsen kan både udspille sig i **tvangstanker** eller **tvangshandlinger** og man har ofte disse to ting sammentidlig.

Tvangstanker

Tvangstanker er fikse ideer, som dukker op i hovedet på en ensartet måde fra gang til gang. Tankerne er ofte frygt. F.eks. frygt for at blive smittet med sygdom, at blive forfulgt, eller at der ikke er rent nok, der hvor man er.

Det kan være svært for en person med OCD at komme af med tankerme, når de først har indfundet sig.

Tvangshandlinger

Tvangshandlinger - eller ritualer kommer tit i forlængelse af tvangstanker. De kan foregå ved, at man prøver at stoppe det, man frygter. Hvis man f.eks. frygter at blive smittet med sygdom, vasker man måske ofte hænder (vaskeritual) eller hvis man er bange for, at man ikke har låst sin dør, tjekker man det måske mange gange (kontrolritual) osv.

Behandling af OCD

Man kan både have OCD i mild form, hvor man kun oplever det i få sammenhænge, og i så svær grad, at hele ens dag er bygget op omkring tvangsritualer.

Man kan få hjælp til at takle OCD'en, hvis man har behov og lyst. En hjælpemetode kunne være det, som hedder Kognitiv adfærdsterapi.

Denne terapiform foregår ved samtaler med en psykolog.

Her snakker man og får, såkaldte, værktøjer til, hvordan man hjælper sig selv i situationer hvor OCD'en rammer.

Et værktøj kunne f.eks. være at distrahere sig selv, så man glemmer tanken eller tvangshandlingen, man er i gang med.

Distractionen kan f.eks. foregå ved, at man prøver at lægge mærke til tingene i det rum, man er i.

Det kan gøre, at ens koncentration kommer væk fra OCD'en.

Det er forskelligt fra person til person, hvilke værktøjer, som virker.

At komme til psykolog kan godt være en dyr ting, som ikke alle lige har råd til.

Et alternativ kan være bare at fortælle om problemerne. Det kan måske gøre, at de kommer lidt på afstand, hvis man får sat ord på dem. Selvom de førnævnte eksempler på OCD-ritualer kan lyde lidt ekstreme for nogle, tænker Nicolai ikke over dem som sådan, fordi at de er så indgroet i ham.

”Jeg har jo haft det siden jeg var lille, så jeg lægger ikke mærke til det,” afslutter Nicolai.

Ca. 100.000 mennesker i Danmark er berørte af OCD. Et af dem er Nicolai Vium Thuesgaard, 19. Han lever med OCD og har gjort det siden, at han var lille.

OCD'en kommer blandt andet til udtryk, hvis han skal smøre noget på et brød (smør, leverpostej eller andet smørbart)

”Når jeg smører brødet, skal smøret være over det hele på skiven og helt ud til kanterne.

Jeg tænker ikke over det, mens jeg smører, men hvis jeg kan se, at der mangler lidt smør et sted, når jeg er færdig, skynder jeg mig at putte smør på der også” fortæller han

Et andet eksempel på hans OCD kommer til udtryk, ved at Nicolai **slet** ikke kan tåle at have fedtede fingre. Tvangshandlingen kunne i denne forbindelse f.eks. ske, hvis Nicolai sad og spiste spareribs med brun sovs.

”Hvis jeg får sovs på fingrene og ikke har noget servietpapir til rådighed, går jeg fuldstændig amok med at tørre det af i mine bukser. Det (fedtet) skal bare væk, og det skal helst gå så hurtigt som muligt!”

Skrevet af Kirstine



Nicolai foran hans arbejdsplads på PGU Rosenholm

Samaria-kløften

Samaria-kløften starter oppe i 1250 meters højde ved det såkaldte Omalosplateauet og slutter 16 kilometer senere med at løbe ud i Det Libyske Hav. Kløften går blandt andet igennem den forladte landsby, Samaria.

Byens beboere blev, i år 1962, flyttet, da det blev bestemt, at kløften skulle være en nationalpark.

Man kan gå langs kløften og det er en meget berømt vandrerute på Kreta.



Safari-tur

På Kreta er der mulighed for at komme på Safaritur rundt og se noget af øen. Turen foregår, blandt andet, uden for de asfalterede veje og giver rig mulighed for at se Øens smukke natur og byer.

Husk kamera, for man kan tage flotte billeder.



KRETA

Turen nærmer sig i hastige skridt og på de næste sider kan du læse lidt om øen og nogle af de seværdigheder som findes på øen.

Der er over 2.000 øer i det græske øhav - Kreta er den sydligste og største af dem.

Glæd jer... det kan ikke andet end blive spændende og sjovt!



Fra Danmark til Kreta



Spinalonga

Spinalonga er en lille ø, som ligger i den nordøstlige del af Kreta. Øen var fra sidst i 1500-tallet et venetiansk (italiensk) fæstningsværk, som blev brugt til forsvar mod tyrkernes (Det Osmanniske Riges) angreb.

I 1715 måtte Spinalonga dog overgive sig.

Øen er desuden blevet kaldt "de spedalskes ø". Grunden, til det, er at den i 1903 var en koloni for folk med spedalskhed.

Man kaldte den for et 'behandlingssted' for spedalske, hvilket er lidt underligt, for sygdom var dengang uhelbredelig.

Reelt var det sådan at de spedalske blev tvangsflyttet til Spinalonga og ikke havde lov til forlade øen pga sygdommens smittefare.

Nu kan man få datomad på bøhlandet



”Too good to go” er en app, der indeholder opslagstavler for restauranter og andre former for forretninger, der har overskydende mad. Med den kan du nemt købe den slags mad til forholdsvis billig pris.

Og som noget helt nyt kan det nu købes hos købmænd – også dem, der ligger langt ude på landet. Din Købmand i Knebel, Mols, er en af dem. Købmanden Jens Karl Andersen vil fortælle Medielinjen lidt om, hvordan det foregår på stedet.

”Nu er vi gået med til forsøget. Vi har været med siden januar måned, og jeg synes det er spændende. Det startede med, at vi er gået tingene igennem. Jeg har gået det igennem i dag, for at se om der er noget der er for gammelt. Vi får en mail, når der bliver købt en pose. Og den kan hentes en halv time før butikken lukker,” fortæller han, mens han viser en ”Too good to go” pose frem.

Skrevet af Marie



Oksegryde med ris og brød

Tips:

Start **ALTID** med at vaske dine hænder grundigt.

Husk at et rent køkken er et sundt køkken med få sundhedsrisiko.

Info:

Maden er inspireret af Too good to go appen og de fleste ingredienser er datovarer.

Ingredienser til 4 personer:

- 1 pakke oksefilet
- 1 dl madlavningsfløde
- 1 pose grønsagsmix
- 1 kop hvedemel
- 1 Pakke smør
- 1 pose ris
- Karry
- Ingefær pulver
- Gurkemeje
- Tandoori spice
- Hvidløgpulver
- Cayenne peber
- Chilipulver
- Brød

Maden er lavet af datovarer og vi sparede over 50 %



Tag kødet ud af indpakningen, skyl og tag derefter et skærebræt, hak kødet i tern.



Sådan ser det ud hvis du gør det rigtig, bagefter sætter du det bare til siden indtil senere.



Tag en gryde, kom smør i og vent til det er smeltet, sæt varmen på medium efter det.



Kom kødet i gryden og begynd så at brune kødet godt og grundigt.



Kom posen med grøntsagsmix i gryden, så rører du bare godt rundt så det ikke brænder på.



Efter 5 min. kommer du vand plus 1 spsk. af hvert krydderi i gryden, med lidt salt og peber.



I dag er der stadig træ cykler.

Disse cykler er sjældne at se på vejen men de findes og laves stadigvæk og grunden til at de gør det er fordi de er meget holdbare og gode for miljøet de kan endda være relative lette alt efter design.

Her er en cykel, der hedder Bough bike Sporty den er et moderne svar på hvad en cykel kan være.

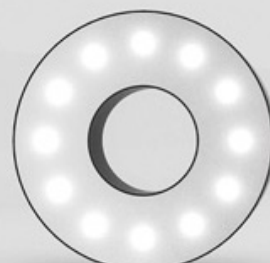
I København er der også cykler der bruges til tung transport, et eksempel på det er christiania cyklen disse cykler brugt af tusine vis af mennesker verden over og ikke kun i danmark.

Cykler kan laves i forskellige former og med forskellige dele, så som en drivaksel i stedet for en kæde.

Eller en cykel lygte, der kan låses fast så den ikke kan blive stjålet.

Der er mange steder i verden hvor cyklen bliver brugt til andre ting end at komme rundt, så som i Guatemala hvor gamle cykler bliver til foddrevet maskiner.

https://www.youtube.com/watch?v=oo1t-4_6tA4



Double O Light®



cykler og gadgets



Fra træ-cykler uden pedaler til kulstoffiber cykler og elektrisk motor dette viser hvordan cyklen har forandret sig.

I dag cykler omkring 30% af dansker dagligt og 20% gør det et par gange om ugen. Det vil sige at der kunne være omkring ca. 3 millioner cykler i brug hver uge i Danmark.

Cyklen er en af de mest vigtige former for transportmiddel siden 50% af befolkning bruger den flere gange om ugen.

Cyklen gør at man kan komme hurtigere rundt og gør det muligt at have meget mere med end hvad man ville kunne bære i hænderne, dette passer mest i storbyer som har problemer med tæt trafik.

Hvis man regner med at en gennemsnitlig cykel koster 2500 kr. kan det være et samlet beløb på 7500 millioner kroner for alle cykler i Danmark og dette svarer til en 1/70 af Bill Gates formue.

I hele verden kan det klart ses at cykler skaber muligheder og mindsker CO₂ udledningen.

I verden er der en del cykler lavet af kulstof fiber. disse cykler er omkring 5 kg i vægt men der er også en rekord holder der vejer 2,7 kg dette er knap inde for hvad min bestemor må løfte siden hun har svage knogler. Den er også så let at 3 liter mælk vejer mere.



www.youtube.com/watch?v=-DODYTaZARg





Tag brødet uf af indpakningen, skær i halv, bagefter kommer du bagepapir på en bageplade og sætter brødet på.



Hust at holde øje med oksegryden imens den koger, den skal stå og simre i 1 t. 30 min. du skal røre rundt i den hvert 5. min, så den ikke brænder.



Lav en smør og mel blanding når maden næsten har simret nok. Når maden er klar, kommer du bare blandingen ned i gryden og rører godt rundt.



Kom smør, paprika, cayenne peber, salt og peber i en skål og mix, smør det på brødet og kom det i ovnen på 200° i 12 min. med varm luft.



Kogning af ris

Følg instruktionen på posen og rør rundt så det ikke brænder på ind imellem, når det er færdigt hælder du vand fra og kommer på en tallerken.



Kom maden på en tallerken efter det hele er klart og nyd frugten af dit hårde arbejde, må gerne smages til med lidt salt og peber efter behov.

Loesernes drømmetydninger uden på væggen

Denne artikel indeholder tydninger af nogle læsers drømme. Hvis du har haft en sær drøm, som du gerne vil have tydet, så send en mail med drømmen til marieloefting@gmail.com

Sarah har haft denne drøm:

Sarah udsletter menneskeheden på grund af hærværk på hendes private pc.

En drøm for flere år siden, i Åbyhøj, Århus.

En tilsyneladende uskyldig skabning drømte om en af de ting som mange mennesker har mareridt om; Zombier.

I hendes drøm var hele verden overtaget af Zombier, i alle kontinenter.

Mennesker som ikke var infected havde gratis adgang til mad, vand, varme, net, (yattah!) og transport.

En dag hvor en horde af Zombier bryder ind hos Sarah, gør hun det klogeste; hoppe ud ad vinduet og redde sig selv. Da horden er trukket væk igen går hun tilbage ind i huset og går op ad trappen, den er glat af sort blod, men hun er ligeglad, hun går hen til sit værelse og ser at hendes højt elskede computer er ødelagt. Sarah laver et følelsesløst ansigt, "Allrighty then~" Sarah får anskaffet sig en billet til USA. Går ind i en bunker nær Det Hvide Hus.

Da der er ingen form for sikkerhed kan hun bare marchere ind, hun finder mirakuløst rummet til en Nuclear Bomb. Aktiverer den og udraderer hele verden, ligeglad med konsekvenserne for sig selv.

Maries tydning af denne drøm:

En drøm om zombier kan hentyde til, at du føler dig "død" indeni. Alternativt kan det betyde, at du føler dig overvældet af en situation, du ikke kan styre. Du føler dig meget stresset i dit vågne liv. Zombier der har overtaget hele verden, kan hentyde til, at du føler dig hjælpeløs. Du ved ikke, hvad du skal stille op med dig selv. Føler du dig udenfor et fællesskab? Maden kan hentyde til din appetit på livet. Trappen hentyder til livets op- og nedture. Blodet på trappen kan hentyde til, hvordan du ser på livet. Ser du på livet i "sort på hvidt"? Det kan også være en slags advarsel. Der er en situation i dit vågne liv, som du skal konfrontere, en som du ikke kan løbe fra. Den ødelagte computer kan symbolisere en situation, der er ude af kontrol. Eller en afslutning på en situation i dit vågne liv. Bomben kan symbolisere vrede, frustrationer og mangel på kontrol. Du har holdt din vrede inde i for lang tid, og føler, at du skal "eksplodere". Det er interessant, at bunkeren befandt sig i nærheden af Det Hvide Hus. Er der noget, du er bange for? Er der noget, som du skal beskytte? Prøver du at slippe udenom dine problemer, uden at konfrontere dem? Det Hvide Hus symboliserer dine egne politiske meninger og holdninger. Det kan også symbolisere en form for autoritet. Føler du, at folk bestemmer for meget over dig? At udraderer hele verden med bomber i en drøm, kan betyde at du har en tendens til at lade din vrede og frustrationer gå ud over andre (bevidst eller ubevidst).



Jette, faglærer på medielinjen, har indsendt denne drøm:

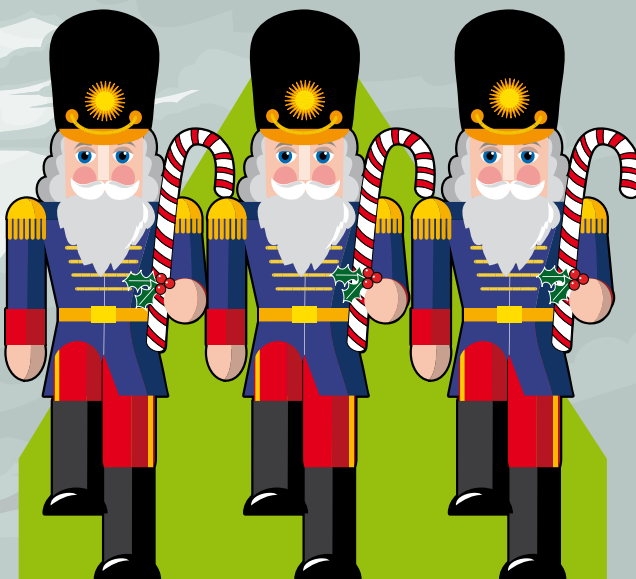
Jeg drømte at regeringen havde bestemt at alle som var født den 7. Oktober skulle dø. Jeg ved ikke hvorfor men sådan var det bare. Min ene søster er født den 7. Oktober så hele familien var selvfølgelig skrækslagen over det. Vi gemte min søster i huset og satte brædder op for alle vinduer og døre så ingen kunne se ind og komme ind i huset - håbede vi. Vi kunne høre at der marcherede soldater uden for som ledte i alle huse efter dem som var født den 7. Oktober. Vi forsøge at være musestille samtidig med at vi alle var mega bange - altså mine 5 søskende og mine forældre. Vi græd og var kede af det, vi ville gøre alt for at beskytte hende. Jeg tror drømmen sluttede der.

Maries tydning af denne drøm:

Det lyder som en forfærdelig, men interessant drøm.

Du må spørge dig selv om din søster i virkeligheden repræsenterer dig selv. Vinduerne kan symbolisere, hvor klart du ser tingene. Brædderne for vinduerne kan hentyde til, at der er noget, du ikke kan få øje på i dit vågne liv. Eller noget, du ikke vil se i øjnene. Måske ønsker du at være "fluen på væggen" i en situation og smugkigge? Brædderne for dørene kan hentyde til et problem, du ikke kan komme ud af. Du føler dig spærret inde i en situation i dit vågne liv. Eller også kan det hentyde til tabte muligheder.

Soldaterne kan hentyde til, at du bør være mere organiseret og disciplineret i din hverdag. Det at du selv og dine forældre var kede af det, kan hentyde til, at du har svært ved at leve op til deres forventninger. Måske prøver du at efterligne din søster for meget.



Navn: Jesper Udengaard

Fødselsdag: 18/6/94

Søskende: En storesøster

Hvor kommer du fra? Rønne

Stjernetegn: Tvilling

Hvad for et job ønsker du efter PGU? Nej har ikke noget drømme job

Kæledyr: Jeg havde 2 marsvin

Har du en kæreste? Nej og er ikke søgende, selvvalgt single :-)

Hobby/interesser: Computer, politik, forskellige former for videnskab kvantefysik biologi, gartneri vandrestyr og skydevåben

Yndlingsdyr/hadedyr: Katte og hunde/Edderkopper

Yndlingsfrugt/hadefrugt: Appelsin/Æble

Yndlingssport/hadesport: Skydning/ridning

Det værste du ved: Brok over små ting

3 ting, du gerne ville have med på en øde ø: En mobil som er fuldt opladet, power bank og fuld adgang til alle mobilnetværker

Hvad ville du gøre, hvis du vandt 10.000 kr.? Spare dem op

Hvis du var et dyr, hvad var du så? En hund

Hvad er din største oplevelse? At jeg tog traktor kørekort fordi jeg var bedst i praksis, Nr. 2 at jeg ikke tror på gud

Hvad skal du efter PGU? Jeg er i flexjob i kantinen

Hvad er det bedste ved at være i PGU? Alt den viden som man får, hvis man bare tager i mod den

Hvad er det værste ved at være i PGU? Når folk brokker sig over små ting

PGUer UNDER

:-) LUPPEN



Jesper bor i egen
lejlighed i Alpedalen og
arbejder i kantine

Praktik på Borups Pakkeri

Siden D. 8/8 2016 har jeg været i praktik på Borups Pakkeri i Skødstrup. Den første dag var jeg meget nervøs for at starte, da det hele var meget nyt for mig.

Men det var også spændende og sjovt at prøve noget nyt. Der var mange søde mennesker, som tog godt imod mig. Jeg fik lavet en masse ting imens jeg var derude som at skulle pakke mokka bønner, tallerkener og en masse andet jeg ikke kan huske, men det var hyggeligt.

Min faste opgave var at pakke mokka bønner og vi måtte gerne spise dem, der var løse. Vi har også pakket påskeæg og sat mærker på nogle krydderier, som kunne indeholde f.eks. karry og peber.

Det gode ved jobbet var at man kunne sidde og snakke plus høre radio imens man arbejdede. Det dårlige var at man tit skulle vente på mærker til varerne fordi tiden går hurtigere hvis man har noget at lave og det trælse var også at der en gang i mellem ikke var orden på tingene. Chefen hedder Anne Mette og var meget venlig og gavmild men hun kan også være skrap HVIS MAN HAR MOBILEN FREMME I ARBEJDSTIDEN :D



Chef Borups Pakkeri Anne Mette.



Mig og min gamle faglærer Rikke.



Medielinjen

Medielinjen har travlt med Rosenholm Festival, invitationer til Café Campus, Smøren og vores Nyhedsudsendelse PGU Broadcast - husk at kigge med :-)



Træværkstedet

Camilla og Thomas har gået og malet kontoret som den nye forstander, Birgit skal have. Og Træ har som altid gang i renoveringer og istandsættelser...

Billeder over Camilla og Thomas er fra Kreta mødet vi holdte d en 29. marts - der fik vi en forsmag på det græske køkken.



Gartneriet

Elever fra gartneriet har været ude og lave projekt i Lime. Jobbet gik ud på at fælde og fjerne en masse træer, så der kan bygges markedsplads og parkour bane. Det var enormt dejlig, at vi havde elever med traktorkørerkort, for ellers kunne vi ikke have klarer jobbet. Undervejs i det hårde arbejde var der også tid til middagspauser og til undervisning i beskæring.

Kantinen

Kantinen har for et stykke tid siden fået ny medarbejder - velkommen til Mads :-)) og nu har han fået sig en "uniform" så nu må han også fotografere og komme på tavlen som kantine personale :-))
Yasmine havde gang i at lave nogle lækre fiskeruller da Medie var forbi.

læk
salat
osteost
laderis
mater
rødder

gartneriet har de deres egen Blomsterberg. Det er en oplevelse, når Kjeld i begejstrede vendinger fortæller om sine opskrifter.



April 2017

Lørdag	1.	
Søndag	2.	
Mandag	3.	
Tirsdag	4.	
Onsdag	5.	
Torsdag	6.	
Fredag	7.	
Lørdag	8.	
Søndag	9.	
Mandag	10.	
Tirsdag	11.	
Onsdag	12.	
Torsdag	13.	Skærtorsdag
Fredag	14.	Langfredag
Lørdag	15.	
Søndag	16.	Palmesøndag
Mandag	17.	2. påskedag
Tirsdag	18.	
Onsdag	19.	Monika - 19 år
Torsdag	20.	
Fredag	21.	Andreas Duch Kjaer - 21 år
Lørdag	22.	
Søndag	23.	
Mandag	24.	
Tirsdag	25.	
Onsdag	26.	
Torsdag	27.	
Torsdag	28.	
Fredag	29.	Markedsdag i Hornslet
Lørdag	30.	

Fortsat fra side 4...

Historien på side 4 var selvfølgelig en aprilsnar :-)

Personalet og bestyrelsen i PGU ser frem til en dejlig tur sammen med eleverne til **KRETA**.

God påske til alle!