

# Program 2022/2023

## Horne, Thorstrup og Tistrup

### Aftenskole



#### **Kære deltagere i aftenskolen.**

Jeg vil gerne byde jer alle velkommen til den nye sæson 2022-2023. Aftenskolerne i Horne, Thorstrup og Tistrup har i løbet af foråret 2022 skiftet aftenskoleleder, da Henriette Nielsen ønskede af stoppe. Det er nu min opgave at føre os godt videre og bygge på Henriettes fantastiske arbejde.

Som aftenskoleleder servicerer jeg bestyrelserne for Familie og Fritid i Horne (F&F), Familie og Samfund i Sig/Thorstrup samt Familie, Trivsel og Fritid i Tistrup (FTF).

Vi har et par nyheder i år: Kortspillet L'hombre starter i september, og vi tilbyder møbelpolstring i efteråret 2022 og keramik i foråret 2023 samt flere nye sy-kurser. Har du gode ideer eller ønsker til aktiviteter, er du altid velkommen til at kontakte mig.

I løbet af året annoncerer Aftenskolerne i de lokale blade: Sognebladet i Sig/Thorstrup og Horneposten i Horne. Vi reklamerer for aktiviteterne på face book, hjemmesider og på mail til medlemmerne. Der er mange sendeflader i vore byer, så vi bruger alle kneb for at gøre os synlige: Opslag, plancher, plakater, skærme.....Og dette program.

**Jeg håber på en vellykket sæson og vil gøre mit bedste for, at du føler dig velkommen og får en god oplevelse i Aftenskolen.**

*Mange hilsner Helle Barslund Brun*  
*Aftenskoleleder*

**mail@hellebrun.dk telefon 2925 8164**

**ALLE** kan deltage i kurserne.

Af hensyn til lærere og kurssets start, bedes du tilmelde dig hurtigt, dog senest 2 uger inden kursusstart. Husk at oplyse navn, adresse, mail og mobilnummer ved tilmelding.

**Deltagerbetaling senest 14 dage før kurssets start.**

**Betaling via banken på konto 7725 5004424 eller mobilepay 74693.**

**Husk at skrive dit navn og holdets navn.**

**Tilmelding/spørgsmål:**

Mobil: 29 25 81 64 eller på mail: mail@hellebrun.dk

Enkelte kurser har direkte afregning og tilmelding til underviser, det fremgår af teksterne. Arrangementerne står bestyrelserne for, dvs. du tilmelder dig til F&F eller FTF.

## **ARRANGEMENTER**

### **FTF i Tistrup udbyder følgende:**

#### **FIFA FODBOLDSPILLET 2023.**

FTF vil i samarbejde med Hodde-Tistrup Hallen stå for et spændende event for den yngre generation. **Lørdag den 8. oktober i Hodde- Tistrup Hallen.**

Vi kommer med mere information, når vi nærmer os.

#### **BESØG HOS KRÆÆS I VARDE**

Lene Haahr, ejer af KRÆÆS, der til dagligt beskæftiger 15 medarbejdere, vil fortælle om vejen fra bagerlærling i Tistrup og til i dag.

Lene er meget passioneret omkring sit arbejde og den passion, afspejler sig i maden. Madglæde er for LENE mindst to ting. Glæden ved at tilberede og bearbejde kvalitetsprodukter, så det, der ender på kundens bord, er veltilberedt, smager godt og ser indbydende ud. Madglæde er også at begejstre kunderne med en lille twist af luksus og finesse. I Krææs gør man lige det ekstra i udførelsen, så madglæden bliver størst. Lige præcis det, er grundstenene i KRÆÆS.



Vi skal nyde noget af den dejlige mad med et glas vin til. Desuden er der en overraskelse i form af en goodie bag til at tage med hjem.

**Tirsdag den 25. oktober 2022 kl. 18.00 på Nordre Boulevard 96 a, 6800 Varde.**

Pris inkl. mad og goodie bag 200 kr. Indbetales på mobilepay 89636.

Tilmelding senest tirsdag den 11. oktober til Irma Baun på 40170356.

## MØD GLOBETROTTEREN ANNE SMEDEGAARD THOMSEN FRA TISTRUP

Anne er uddannet antropolog og har rejst i mere end 50 lande. Faktisk har hun lige siden hun forlod Tistrup i 2014, boet mere eller mindre i en rygsæk.

Så kom med til en eventyrlig aften, hvor vi sammen med Anne kan sætte den danske vinter på pause for en stund. Få anekdoter og røverhistorier fra rejser til fods, med campervan, båd og på tomten. Hvad med en 2000 km lang solo-vandretur i Portugal? Eller en tur til Mexico og Den Dominikanske Republik, hvor Anne har været rejseguide.

Alt fortalt med den entusiasme der driver Anne afsted på nye eventyr. Naturligvis får vi masser af billeder fra rejserne, så vi føler vi er med i rygsækken.

**Mandag den 30. januar 2023 kl. 19.00-21.00 i Tistrup Skoles Aula, Lærkevej 12, 6862 Tistrup.**

Pris 130 kr. inkl. kaffe og kage.

Indbetales på mobilepay 89636.

Tilmelding senest mandag den 23. januar 2023 til Irma Baun på



---

## RUNDVISNING PÅ NØRHOLM GODS.

Rundtur på Nørholm Gods. Vi skal rundt og se Nørholm Gods indefra og høre Godsets historie, der strækker sig helt tilbage til 1300-tallet. Ligeledes skal vi ud at beundre parken med alle dens rododendron. Vi slutter af med kaffe og kage i kælderens, som mange sikkert husker fra dengang, der blev afholdt julemarked på Nørholm.

**Tirsdag den 9. maj 2023 kl. 19.00 på Stokkebrovej 3, 6800 Varde.**

Pris 125 kr. inkl. kaffe og kage. Indbetales på mobilepay 89636.

Tilmelding senest tirsdag den 25. april 2023 til Irma Baun på 40170356.



# ARRANGEMENTER

## F&F i Horne tilbyder:

### GIN SMAGNING.

Onsdag d. 28. september kl. 19.00 til ca. 21.00 har vi inviteret Heidi fra Fru Vestkær. Hun vil lade os smage 5 forskellige gin og fortælle lidt om dem. Kom og vær med til en hyggelig aften. **Horne skole, Mælkevejen 1, Horne, 6800 Varde. Afholdes i skolekøkkenet.**

Prisen er 250 kr. som betales ved tilmeldingen på mobilepay 74693 med tekst: Familie og Fritid.

Tilmelding senest den 20. september til Bente Dinesen på mail: [b.dinesen@bbsyd.dk](mailto:b.dinesen@bbsyd.dk) eller mobil 21787655.

### GOD MAD OG JULEMARKED.

Tirsdag d. 22. november 2022 kl. 18.30 tages der hul på juleriet.

Familie og Fritid, Horne inviterer til en hyggeaften på i **gymnastiksalen på Horne Skole, Mælkevejen 1, Horne, 6800 Varde.**

Lene fra Krææs i Varde vil lave noget dejlig mad til os, og der vil være julemarked med boder, hvor du kan gøre en god handel.

Ud over den gode mad med kaffe og småkager og handel i boderne, vil der være amerikansk lotteri med mange flotte gevinster.

Prisen er 150 kr. for medlemmer og 160 kr. for ikke medlemmer. Betaling ved tilmeldingen på mobilepay 74693 med tekst: Familie og Fritid.

Tilmeldingen senest den 14. november 2022 til Ruth Jensen på mail: [jensen.egehave@bbsyd.dk](mailto:jensen.egehave@bbsyd.dk) eller på mobil nr. 30260878 efter kl. 17.00.

**Medbring selv drikkevarer til maden.**



# KURSER

## Sang

### Gospel

v/Lydia Wairimu, Silkeborg.



NEEMA gospel kor er et kor for alle med lyst og til en vis grad evne, til at synge. Vi hygger hver tirsdag med livsglad sang. Vi tager ud og synger til kirkekoncerter, bryllupper, fødselsdage, begravelser, sportsfester, kulturarrangementer ect. I koret er der plads til dig, der bare elsker at synge, men der er også plads til dig, der brænder for at udvikle dig som solist.

Start tirsdag d. 23. august 2022 kl. 19.30 – 21.30 i **Spinderiet, Varde Musikskole, Vestervold 11, 6800 Varde.**

Pris: 750 kr. for efterårssæsonen (- uge 42) Sidste gang 6. december.  
I december aftales forårsforløbet og startdato efter jul.

## Krop og Bevægelse

### Yin Yoga

ved Yin yogalærer Gitte Berthelsen.

Tirsdagsholdet. (Tistrup hold 2) **Janusbygningen, Lærkevej 25, 6862 Tistrup.**

Start tirsdag den 30. august 2022 kl. 17.00 - 18.15. Pris: 900 kr. for 12 gange i efteråret (ferie i uge 42 og 45). Sidste gang tirsdag d. 29. november.

Mød op i lunt og behageligt tøj. Medbring måtte, tæppe og blokke (giv mig besked, hvis du skal låne)



**HUSK TILMELDING TIL GITTE PÅ MOBIL: 2254 4711. SKRIV: TISTRUP 2.  
BETALING PÅ MOBILEPAY 35140 ELLER KONTO: 7670 0006489038**

## Yin Yoga

ved Yin yogalærer Gitte Berthelsen.

Onsdagsholdet. **Hodde-Tistrup Hallens mødelokale 3, Lærkevej 23, 6862 Tistrup,**

Start onsdag den 31. august 2022 kl. 19.15 - 20.30.

Pris: 900 kr. for 12 gange i efteråret (ferie i uge 42 og uge 45 ) sidste gang den 30. november. Mød op i lunt og behageligt tøj. Medbring måtte, tæppe og blokke (giv mig besked, hvis du skal låne)

**HUSK TILMELDING TIL GITTE PÅ MOBIL: 2254 4711. SKRIV: ONSDAGSHOLDET. BETALING PÅ MOBILEPAY 35140 ELLER KONTO: 7670 0006489038**

Gitte Berthelsen. **Meget kort om Yin yoga og mig:**

*Jeg har i år taget 250 timers yinpower uddannelse, så jeg er endnu mere kompetent til at guide dig i Yin yogas siddende og liggende stillinger, som vi holder i 2 til 5 minutter. Vi arbejder med krop og sind. Essensen er at skabe plads med åndedrættet, så troen på din krop og ro i dit nervesystem, giver velvære i din krop. Kroppen begynder at arbejde for dig, så der bliver plads til at være dig. Yin yoga er balsam for krop og sjæl. Mangler du energi, har du en gammel skade, er ulvetimen slem, vil du blive bedre til din sport, så vil Yin yoga være noget for dig. Jeg svarer gerne på spørgsmål.*

Om du er mand eller kvinde, alle har gavn af Yin yoga, så send mig en sms på 2254 4711 med din tilmelding.



YOGA

**Raabjerg Murer** ApS

v/ Tommy Sørensen,  
Tistrup - Tlf. 40299064  
[www.raabjergmurer.dk](http://www.raabjergmurer.dk)

# Ryg og stabilitetsholdet

v/Louise Poulsen, Ølgod.

Har du tidligere haft problemer med ryggen, og vil du gøre en indsats for at undgå tilbagefald – så kom frisk. Hvis du er i behandling, så vent til du er klar, før du tilmelder dig.

Vi træner med bolde, elastikker, klude og egen kropsvægt. Der vil være aftener, hvor vi arbejder med tempo og styrke, andre hvor vi arbejder med kropsbevidsthedstræning og balance – ens for træningen er, at vi kan mærke, at vi har været i gang.

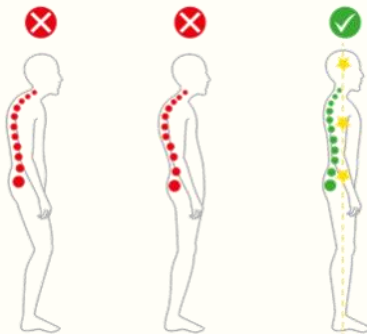
Der vil altid være plads til grin og snak, vi skal nemlig have lyst til at komme igen.

Start torsdag d. 15. september. kl. 18.00 – 19.30 2022 i **Hodde-Tistrup Hallen, Lærkevej 23**, 6862 Tistrup.

Pris: 885 kr. for 13 gange i efteråret (- uge 42) Sidste gang den 15. december.

Start torsdag d. 5. januar kl. 18.00 – 19.30 2023 i **Hodde-Tistrup hallen, Lærkevej 23**, 6862 Tistrup.

Pris: 820 kr. for 12 gange i foråret (- uge 7) Sidste gang den 30. marts.



**PETCARE**

YOUR FAVORITE SUPPLIER OF CAT & DOG PRODUCTS



ACTIVE  
**CANIS.**

PartyPets!

**TREAT**  
Eaters

*Kitty*  
*Play.*

MÄSTAR  
GASELL  
2019

## **Yoga** v/Sonja Yndgaard, Sig

Arbejd med din krop gennem dybdegående øvelser, der fokuserer på spænding og afspænding af kroppen og giver styrke. Åndedrættet er en vigtig faktor i arbejdet.

Start tirsdag 27. september kl. 16.30-18.00 i **musiklokalet på Thorstrup Skole, Thorstrupvej 18, 6800 Varde**. Derefter yderligere 9 tirsdage (-uge 42) indtil 6. december 2022.

Pris: 750 kr. (20 lektioner).

Start 2023: tirsdag 3. januar kl. 16.30 - 18.00. Derefter yderligere 11 tirsdage til 28. marts.

Pris 840 kr. (24 lektioner).

**HUSK TILMELDING OG BETALING TIL KJERSTINE på mobil: 61361683 Konto: 7726 5003036 eller første kursusdag**

---

## **HitFit** v/ Heidi Hougaard.

HitFit dance er det ultimative alternativ til fitnesscentret. Dans og bevægelse med høj puls til meget glad musik.

Start tirsdag den 16. august 2022 kl. 17.00 – 18.00 i **Tinghøj Forsamlingshus, Stilbjergvej 57, 6800 Varde**. Herefter hver tirsdag (ferie uge 36, 37 og 42).

Sidste gang inden jul den 20. december.

Efter jul: start den 3. januar 2023 (ferie uge 7), sidste gang den 11. april.

Pris: 900 kr. for 30 gange. Min. 8 pers.

## **Vild med dans.** v/Ester og Gjøde Carlsen, Herborg.

Start mandag den 9. januar 2023 i **gymnastiksalen på Horne Skole, Mælkevejen 1, 6800 Varde**.

**Begyndere** kl. 18.00 – 19.15

Kursusindhold: Grundtrin og lette variationer i engelsk vals.

**Øvede** kl. 19.30 – 20.45

Kursusindhold: Vi indøver forskellige variationer i engelsk vals, quickstep, cha cha, jive, rumba og wienervals samt tango.

Derefter danses de efterfølgende 10 mandage undtagen mandag d. 13. februar.

Pris: 950 kr.



## Håndarbejde og håndværk

### NYHED

#### **Buksesyning** v/ Marianne Veje, Hostrup

På dette kursus tilretter vi et færdigt mønster efter dine personlige mål og syr et par bukser.

Marianne vejleder dig i indkøb inden kursusstart, så du får det rigtige stof købt. Stoffet skal være fast, ikke for tyndt og med ca. 3% lycra/elastan. **Du tager mål af hofter og sidelængde og ringer eller skriver til Marianne i god tid inden kurset.**

**Kontakt Marianne Veje på 22946193 / marianneveje@bbsyd.dk**

Kurset er for letøvede/ øvede, dvs. du skal kunne klippe efter et mønster, sy en enkel model og kender de almindelige sy udtryk. Du lærer at sy lommer og at sætte lynlås i. Vi arbejder med din model den 5. og 6. november og den 20. november retter vi til og snakker om udfordringer.

Du medbringer et par af dine egne bukser, stof, lynlås, tråd, evt. jeanstråd til stikninger. Desuden lommeposefoer i poplin (eller en gammel herreskjorte), fast vlieseline til lining, symaskine, tegnegrej og ledning.

Weekenden d. 5. og 6. november kl. 9.00 – 15.00 samt søndag den 20. november kl. 9.00 – 13.00 på **Horne Skole, Mælkevejen 1, Horne, 6800 Varde.**

På holdet er vi max. 8 personer. Pris: 1000 kr. Du medbringer selv mad og drikke.

#### **BH syning/Lingeri** v/Merete Hansen, Lolland

Vi begynder kurset med en gennemgang af forskellige materialer, så du har et godt grundlag for at vælge det helt rigtige til din BH. Derefter kigger vi på opsyede modeller, du vælger model og materialer, tegner dit mønster op, klipper, og så går du i gang med at sy. Det er en forudsætning for et godt resultat, at du er fortrolig med din symaskine, og at den er i brugbar stand. Undervejs vil der blive undervist i relevante teknikker.

Materialer købes ved Merete på kurset, så vi får en ordentlig kvalitet at arbejde med.

Dette omfatter også bøjler, som kan være lidt af en jungle at købe.

En huskeliste mailes inden kursusstart. Du medbringer selv mad og drikke.

Weekenden d. 10. og 11. december 2022 kl. 10.00 – 16.00 på **Horne Skole, Mælkevejen 1, Horne, 6800 Varde.** På holdet er vi max. 12 personer.

Pris: 830 kr. (+ materialer til ca. 400 kr. afregnes med underviser)

Weekenden d. 3. og 4. juni 2023 kl. 10.00 – 16.00 på **Horne Skole, Mælkevejen 1, Horne, 6800 Varde.**

Pris: 830 kr. (+ materialer til ca. 400 kr. afregnes med underviser)

## **NYHED** Syning i Hodde

v/ Agnethe Vestergaard Pedersen, syerske i Syvkanten.

Her kan du dele din interesse med andre syglade. Du tager din maskine med, saks, forlængerledning og materialer.

Agnethe hjælper med at klippe, tilrette grundmønster og giver inspiration. Du kan sy beklædning, ting til indretning og ændre gammelt tøj til nyt.

**Start onsdag den 9. november kl. 18.00-20.45**

**i Hodde Forsamlingshus, Vejlevej 41, Hodde, 6862 Tistrup.**

Herefter hver onsdag til og med den 7. december 2022. Efter jul: onsdage fra den 11. januar til og med den 8. februar 2023.

Pris: 995 kr. for 10 gange.

## **Kreativ i Horne**

Ingen underviser.

Kom til hyggeligt samvær og tag dit håndarbejde med. Du bestemmer selv, hvad du laver, og måske kan du dele ud af din erfaring/viden til andre, der kunne tænke sig at lære dit håndværk.

**OBS: Første gang mødes vi hos "Farmor's Univers" Hornelund 49, Horne.**

**Vi starter med inspiration og går derefter om på skolen.**

Start onsdag den 14. september 19.00 – 21.45

**på Horne Skole, Mælkevejen 1, 6800 Varde** (kun i ulige uger)

Pris: 60 kr. for hele sæsonen til og med den 29. marts 2023

## **Nørkleklub i Tistrup**

Ingen underviser.

Den kreative klub er åben for nye som gamle, der kan lide håndarbejde og hygge.

Start tirsdag den 13. september kl. 13.00 – 16.00 i Trim, Thorsvej 8, 6862 Tistrup.

Kontaktperson: Lena Larsen, 61 46 64 94.



## NYHED

### Keramik i Kvong

v/Ellen Ahrensback Roesgaard

Undervisningen foregår på Ellens værksted i **Kvong, Kvongvej 501, Hallum, 6800 Varde.**

Start: Onsdag den 11. januar 2023 kl. 19.00- 22.00 og de næste 4 onsdage, sidste gang den 8. februar 2023.

På kurset kan du arbejde med porcelæn og forskellige typer stentøj, begitning, glasering og andre dekorationsformer. Kom med dine egne projekter, eller lad dig inspirere af det, du ser på kurset. Du kan lave små skulpturer, fade og skåle, lysestager mm.

Undervisning, brænding, te og kaffe er inkluderet i prisen, leret købes hos Ellen.

På dette hold er vi min. 5/ max. 8 personer.

Pris: 775 kr. til Ellen på mobilepay 725501. Desuden administration til Aftenskolen: 60 kr. på mobilepay 74693.

### Kreative sy-lørdage i Horne

Ingen underviser.

Dette hold er for de SY glade. Vi hjælper og inspirerer hinanden.

Medbring symaskine, stof mv. OG mad og drikke til hele dagen.

Start 17. september 2022. Følgende lørdage: 8/10, 19/11, 3/12 2022 og 14/1, 25/2, 18/3 og 15/4 2023 kl. 9.00 – 15.00 på **Horne Skole, Mælkevejen 1, 6800 Varde.**

Pris: 60 kr. for hele sæsonen



## **Knipling** v/Inge Poulsen, Årre



Det er spændende, let at lære og kun fantasien sætter grænser for, hvad man kan lave. Man kan kniple af tynd og tyk tråd, uld, metal, ledninger, cykelslanger, snor, bark, plastik osv. Kniplebræt ikke nødvendigt, der bruges et stykke flamingo. Medbring gerne selv materialer - kan også købes på kurset. Max. 12 deltagere på hvert hold.

Start onsdag den 21. september kl. 19.00 – 21.45 på **Starup Skole, Smedebakken 16, 7200 Grindsted**. Pris: 940 kr. for 10 gange inden jul (- uge 42)

Start onsdag den 4. januar 2023 kl. 19.00 – 21.45 på **Agerbæk Skole, Debelvej 23, 6753 Agerbæk** Pris: 940 kr. for 10 gange (- uge 7)

Start torsdag den 5. januar 2023 kl. 15.00 – 17.45 på **Hornelund Plejecenter, Hornelund 27, 6800 Varde**. Pris: 940 kr. 10 gange (- uge 7)

Start torsdag den 5. januar 2023 kl. 18.30 – 21.15 på **Hornelund Plejecenter, Hornelund 27, 6800 Varde**. Pris: 940 kr. for 10 gange (- uge 7).

## **NYHED** Møbepolstring

v/ Erling Hansen, Ølgod

Undervisningen foregår på et stort velegnet værksted. Nu har du mulighed for at sætte nyt stof på lænestolen, klaverbænken eller andet. Erling hjælper med at måle op, giver gode ideer og vejleder om fyld, limning og stoffer. Du kan købe stof af underviser.

OBS: Medbring dit møbel, en god stofsaks, en skævbider og en syl, så er du i gang.

Start: Mandag d. 19. september kl. 18.30 - 21.15 på **Agersnapvej 13, Grønfelt, 6870 Ølgod**.

Derefter hver mandag (-uge 42). 10 gange inden jul, sidste gang d. 28. november. Der er mulighed for, at holdet fortsætter efter jul.

Pris: 780 kr. for 10 gange.

## **Vævning: Let øvede i skaftevæv.**

Ingen underviser.

Kan du væve, er selvhjulpen og har du lyst til at være med i et fællesskab om skaftevævning? Vi er i et dejligt lokale, hvor du har mulighed for at have din væv stående under kurset.

Start: Onsdag d. 24. august 2022 kl. 18.00 – 21.00 på **Horne skole, Mælkevejen 1, 6800 Varde**.

Derefter hver onsdag (- uge 42 og uge 7.) Pris: 60 kr. for hele sæsonen.

## Bøger, billeder, film og kortspil

### Litteratur

v/Lars Bom Nielsen, Tistrup

Vi mødes og snakker om en bog, vi har læst. Valg af bøger tilrettelægges sammen med deltagerne.

Første bog er valgt.

**TILMELDING senest torsdag d. 8. sept. af hensyn til bestilling af bøger**

Start tirsdag d. 11. oktober kl. 16.00 – 18.00 på **Hornelund Plejecenter i Horne, Hornelund 27, 6800 Varde.**

Øvrige tirsdage: 8 /11, 13/12 2022 og 10/1, 7/2 og 7/3 2023. (der kan forekomme ændringer og det aftales med underviser) Pris: 500 kr.

### Bio klubben

**Tovholder: Ikke fundet endnu.....har du lyst?**

Så er der dømt hygge i mørket. Vi kører samlet fra **Dagli` Brugsen i Horne, Hornelund 17, 6800 Varde** til Varde Bio, ser film og efterfølgende skiftes vi til at gi` kaffe. Det sociale element i fællesskabet vægtes højt.

Der vises 2-3 film pr. aften, og man vælger selv hvilken film, man vil se.

Sæsonen slutter sidst i marts. (4-6 gange)

OBS: Den første gang tager vi ud at spise inden filmen.

Start søndag d. 2. okt. ca. kl. 17.00 grundet spisning først. Derefter aftaler vi i fællesskab den næste dato. Pris: 60 kr. (éngangsbeløb) + billetpris

### Foto-nørderne

Tovholder: Henriette Nielsen

Har du interesse i fotografering/redigering, så er dette hold måske noget for dig. At være sammen med andre med samme interesse kan være vældig inspirerende. Ingen underviser – kun vores kloge hoveder til deling.

Vi mødes én gang i hver måned og sammensætter selv vores dagsorden i forhold til ønsker og mål.

Ved første møde medbringes kamera/god mobiltelefon med masser af plads på kortet og strøm. Husk påklædning efter vejret. Alt vejr er fotovejr. Pris: 60 kr. for hele sæsonen.

**Mødested: Horne Skole, Mælkevejen 1, 6800 Varde**

Start: Lørdag d. 3 september kl. 10-12. Herefter 1/10, 5/11 og 4/12 2022. 7/1, 4 /2, 4/3 og 1/4 2023.



## NYHED

### L'hombre

v/Evald Johnsen

Vi forsøger at fortsætte interessegruppen med L'hombre-spil ved Evald Johnsen. Der kan komme begyndere på holdet, og de lettere øvede, som startede sidste år, har måske lyst til at blive bedre.

Start: Tirsdag den 27. september kl. 14.00 – 17.00 på **Birgittegården, Falkevej 4A, Sig, 6800 Varde.**

Herefter aftaler gruppen selv, hvor tit og hvornår de mødes.

Pris: 30 kr. for hele sæsonen.

Tilmelding til Kjerstine Kristensen, tlf.:61361683 eller på mail: [kj\\_kristensen@hotmail.com](mailto:kj_kristensen@hotmail.com)

**HUSK TILMELDING OG BETALING TIL KJERSTINE på mobil: 61361683**

**Konto: 7726 5003036 eller kontant til kursuslederen første kursusdag.**



## Hodde-Tistrup Hallen

### **Mad og mennesker**

#### **Madlavning for enlige kvinder og mænd**

v/Helle Barslund Brun, Tistrup

Holdet er for dem, der gerne vil lære at lave almindelig dagligdags mad med fif til mere grønt og fokus på farver, smag og årstider.

Vi laver 2 retter hver gang, og selvfølgelig er der plads til social hygge og et godt grin.

Start torsdag den 6. oktober kl. 16.00 – 18.45 på **Tistrup Skole, Lærkevej 12, 6862 Tistrup**

Derefter følgende torsdage: 3/11 og 8/12 2022 og 12/1, 9/2 og 9/3 2023.

Pris: 400 kr. (+madvarer, som afregnes med underviser hver gang.)

## Madlavning for mænd

v/J.P. Vigsø, Tinghøj.

Holdet er for mænd, der kan tænke sig at lave almindelig mad og hygge sig sammen med andre i nogle timer i et køkken.

Start mandag den 26. september 2022 kl. 18.00-20.45 i

**Madkundskab, bygning B på Lykkesgårdskolen, Abildvej 25, 6800 Varde.**

Derefter følgende mandage: 10/10, 24/10, 7/11 og 21/11 2022.

9/1, 23/1, 6/2, 20/2 og 6/3 2023.

Pris: 775 kr. for 30 lektioner. (+madvarer, som afregnes med underviser hver gang.)



## Madlavning for mænd (Horne)

v/Ulla Thorup Larsen, Varde

Kan du lide at lave mad, lære om nye råvarer og hygge dig sammen med en flok vidt forskellige mænd, så er dette "mande-madlavningshold" måske noget for dig. Holdet er meget blandet både i aldre og fagligt niveau, hvilket er med til at gøre det til et hold for alle.

Vi mødes i skolekøkkenet på Horne skole og laver aftensmad – for det meste 2 retter.

Man arbejder sammen i grupper, og du skal en gang i løbet af sæsonen stå for valg af opskrifter og indkøb af råvarer til en af aftenerne sammen med din gruppe.

Start onsdag d. 5. oktober kl. 19.00 – 21.45 på **Horne Skole, Mælkevejen 1, 6800 Varde.**

Derefter følgende onsdage: 2/11 og 7/12 2022 og 11/1, 8/2 og 8/3 2023

Pris: 490 kr. (+ madvarer, som afregnes hver gang)

## Madlavning for mænd (Tistrup)

v/Ulla Thorup Larsen, Varde

Vi laver hverdagsmad med et twist af nytænkning og går aldrig hjem på tom mave.

Der er plads til alle, hvad enten du er nybegynder eller erfaren. Vi arbejder i små grupper og hjælper hinanden, snakker og har det hyggeligt.

Start tirsdag d. 11. okt. kl. 18.30 – 21.30 på **Tistrup Skole, Lærkevej 12, 6862 Tistrup.**

Pris: 1150,- kr. (+ materialer afregnes med underviser) 5 gange inden jul og 5 gange efter jul. (ulige uger)

tv. Helle Barslund Brun, aftenskoleleder.  
Lise Jeppesen, kasserer.



## BESTYRELSENERNE:

### **Familie og Fritid, Horne**

*Fra venstre:*

Bente Dinesen, formand.  
Sonja Schou  
Ruth Jensen  
Birgit Møller Hansen  
Hanne Theilgaard Petersen



### **Familie - Trivsel og Fritid, Tistrup**

*Fra venstre:*

Birthe Nielsen, formand.  
Hanne Østerlund Andersen  
Anny Tradsborg  
Irma Baun  
Thomas Preuss



### **Familie og samfund, Sig/Thorstrup**

*Fra venstre:*

Karen Bruun  
Grethe Hansen,  
Kjerstine Kristensen  
Gudrun Lykkegård  
Sonja Yndgaard, formand

