



Nyhedsbrev Ørbæklund

November kendetegnes ved overgangen til vinter, kortere dage, og naturens forberedelse til kulde med blad tab og grå nuancer. Månedens markerer efterårets afslutning, hvor haven ryddes op og forberedes til næste sæson. Religiøst er det en tid for minde om de afdøde med Allehelgensdag, mens den populære Mortens Aften fejres med gås eller and.



Information:

Ny teamleder på Ørbæklund

Vi har ansat Nikolaj Wernblad som ny teamleder på Ørbæklund.

Nikolaj tiltræder den 1. december 2026.

Nikolaj er 40 år, gift og har to børn. Han bor i Grindsted.

Han er uddannet socialrådgiver og har en bred erfaring fra både kommunalt regi, ledelse og socialområdet.

Der bliver udarbejdet en introduktionsplan for Nikolaj, så han blandt andet får mulighed for at besøge alle teams.

Håber, I vil tage godt imod Nikolaj og være med til at give ham en god start på Ørbæklund.

Ny kommunaldirektør.

Et enigt byråd har ansat Natascha Mannemar Jensen som ny kommunaldirektør i Ikast-Brande Kommune. Natascha tiltræder den 1. februar 2027, når Flemming Storgaard stopper som kommunaldirektør ved udgangen af januar.



Besøg

Vi får igen besøg af ukrainerne, der skal modtage mere undervisning. De vil derfor være i huset og cafeen fra mandag den 23.11 til fredag den 27.11



Nye elever og studerende

Der kommer en ny sygepleje studerende Liv. Hun starter den 16. november og skal være i team 3

Den 23. november starter 2 Sosu elever. Sanja skal være tilknyttet team 1 og Sofie i team 2.

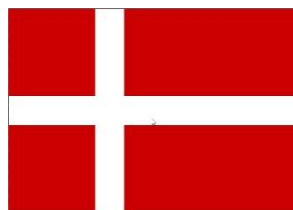
Den 1. december starter pædagog studerende Marta

Fødselarer i november

Hjertelig tillykke med fødselsdagen til:

Alexander den 16. november

Jan A den 29. november



Åben rådgivning

Har du brug for støtte til at mestre hverdagen, vejledning til at komme i kontakt med forskellige myndigheder og instanser, hjælp til at læse e-Boks, så er der hjælp at hente i Åben rådgivning, hver tirsdag kl. 14.30-16.00 og torsdag kl. 9.00-10.00

Du har også mulighed for at henvende dig telefonisk i samme tidsrum på tlf. 99603703 / 99603707.



Fælles madlavning i november

Den 3.11 Grøntsags lasagne

Den 10.11 Græsk farsbrød m/ bagte kartofler

Den 17.11 Indisk smør kylling m/ ris

Den 24.11 Aflyst

Pris: 46 kr.

Der bages brød til menuerne, hvis vi har overskud

Pris for dagens middag er 55 kr. Den serveres kl. 12 alle dagen undtagen om fredagen, hvor det er kl. 11.30.

Menuen kan ses på hjemmesiden og Facebook. Bestilling ring på tlf. 99603704 /99603705



Motionsuge i uge 41 – fuld af sjov, bevægelse og fællesskab!

I uge 41 stod den på motion, grin og hyggeligt samvær, da vi afholdt vores motionsuge i værestedet.

Det blev en sjov og anderledes uge med masser af aktiviteter, hvor alle kunne være med på deres egen måde. Vi fik blandt andet prøvet kræfter med støvekast, petanque, kongespil, dåsekast, naturbingo, gåture og stolegymnastik.

Der blev både dystet, grinet og heppet på hinanden, og det var dejligt at opleve det gode humør og fællesskab på tværs af aktiviteterne.

Som afslutning på ugen blev der uddelt to flotte pokaler:

🏆 Ugens motionsfigther gik til Susanne, som deltog i flere aktiviteter og var kommet med gode forslag / inspiration til ugens aktiviteter.

🏆 Ugens fællesskaber gik til Carina, som var med til at bidrage til det gode fællesskab.

Et stort tillykke til begge vores pokalvindere!

Tak til alle, der deltog og var med til at gøre motionsugen til en rigtig hyggelig og sjov oplevelse.

Ugen viste endnu en gang, at motion ikke behøver at være hård træning – det vigtigste er at bevæge sig, have det sjovt og være en del af fællesskabet.





Stolegymnastik – et nyt tiltag i værestedet!

Efter en sjov og aktiv motionsuge i uge 41 har vi fået lyst til at fortsætte med mere bevægelse i hverdagen. Derfor sætter vi nu stolegymnastik på programmet to gange om ugen!

Stolegymnastik er en sjov og skånsom måde at få rørt kroppen på, og alle kan være med – uanset alder, kondition og fysisk form.

Selvom vi sidder på en stol, betyder det bestemt ikke, at vi ikke kan få pulsen op og sved på panden!

Hvorfor er stolegymnastik godt?

💪 Styrker musklerne og hjælper med at bevare kroppens styrke.

❤️ Får pulsen op og styrker konditionen.

🤸 Forbedrer bevægelighed, balance og koordination.

😊 Giver energi, godt humør og velvære.

👥 Skaber fællesskab, grin og hyggeligt samvær.

Stolegymnastikken foregår inde i værestedet, og du behøver hverken særligt træningstøj eller erfaring for at deltage. Du skal bare møde op med lysten til at bevæge dig og have det sjovt sammen med andre.

Vi tilbyder stolegymnastik to gange om ugen, men dage og tidspunkter vil variere fra uge til uge. Derfor skal du holde øje med aktivitetsplanen, hvor du kan se, hvornår vi mødes.



Kommende udflugter og arrangementer

- Den 4.11** Tur til Ruskjærholm kl. 9.30-ca. 12
Foredrag v/ Erling om Græske guder kl. 14.
- Den 11.11** Ingen udflugt.
- Den 18.11** Tur til Bryrup og omegn samt mulighed for at kigge ind i galleriet i Bryrup kl. 9.30 – ca. 14.30
- Den 23.11** Aktivitets- og fællesskabsdag kl. 9-14
- Den 25.11** Tur til Vildbjerglund og efterfølgende kaffe hos Carinas mormor kl. 9.30-ca. 12
- Den 27.11** Lave juledekorationer og pynte op til jul kl. 9.30
- Den 2.12** Julegave indkøbstur til Herning Centret kl. 9.30. dem der tager med beslutter, hvornår der køres hjem



Sæt kryds i kalenderen

Julefrokost den 3. december kl. 11-14.30. Husk tilmelding senest den 20.november



Nyt tiltag – Ud i naturen, ind i fællesskabet

Som en del af vores naturintegrerede indsats starter vi nu et nyt og spændende tiltag i værestedet, som vi kalder "Ud i naturen, ind i fællesskabet".

Hver torsdag fra kl. 9.00 til 14.30 rykker værestedet ud i spejderhytten/bålhytten, hvor vi sammen skal nyde naturen, fællesskabet og de mange muligheder, som udelivet byder på.

Vi vil blandt andet lave mad over bål, gå på opdagelse i naturen, nyde årstidernes skiften og hygge os omkring bålet med en god snak og måske en kop kaffe.

Der vil være forskellige aktiviteter, hvor alle kan deltage efter lyst og formåen. Du behøver ikke være aktiv hele tiden – der skal også være plads til bare at nyde roen, varmen fra bålet og samværet med andre.

Hvorfor tager vi ud i naturen?

Naturen kan noget helt særligt. Den giver mulighed for bevægelse, frisk luft, ro og gode oplevelser. Samtidig kan det være lettere at få en snak i gang, når vi er fælles om en aktivitet eller sidder sammen omkring bålet.

Med *Ud i naturen, ind i fællesskabet* ønsker vi at skabe et hyggeligt og trygt fællesskab, hvor der er plads til alle, og hvor vi sammen kan opleve glæden ved at være ude i naturen.

Praktisk information:

 Hvornår: Hver torsdag kl. 9.00–14.30.

 Hvor: Spejderhytten/bålhytten, Nordlundvej 51A, 7330 Brande.

 Mad: Aftales fra gang til gang. Det koster 35 kr. for varm mad – billigere de gange vi laver sandwich eller rugbrødsmadder. Det vil

fremgå af opslag på tavlen ved cafeen og på Facebook – værestedet Laicos <https://www.facebook.com/profile.php?id=61594069036240>

 Tilmelding til mad: Senest onsdag kl. 12.00. (skriv dig på sedlen ved cafeen eller ring til Steen / Lene)

 Du er også meget velkommen til at tage din egen madpakke med.

 **Indendørs faciliteter:** Vi har mulighed for at trække indenfor i spejderhytten, hvis vejret ikke er med os, eller hvis du har brug for en pause fra udelivet. Der er også adgang til toiletter.

Vær opmærksom på, at værestedet flytter ud i spejderhytten om torsdagen fra kl. 9.00 til 14.30. Det betyder, at vores fællesskab og aktiviteter foregår der i dette tidsrum.

Husk at tage tøj på efter vejret, så du kan holde varmen og nyde dagen udendørs.

Vi glæder os til mange hyggelige torsdage med bål, naturoplevelser, grin og gode fællesskaber.

 **Kom som du er – og vær en del af fællesskabet i naturen!**



Aktivitets- og fællesskabsdag i naturen

Mandag den 23. november kl. 9-14

Bedre
mental
sundhed

Natur-
oplevelser



Mere
bevægelse
og fysisk
aktivitet



Program

Husk påklædning og fodtøj efter vejret.

Vi skal være i naturen



Tidspunkt	Aktivitet	Tovholder
Kl. 09.00	Vi mødes ved hovedindgangen.	Birgit V, Jonna, Sanne
Kl. 09.15	Vi kører til Harrild Hede efter gran, mos, kogler og andre naturmaterialer til juledekorationer, som laves fredag	Jonna, Sanne og Birgit V
Kl. 10.30	Kaffe på Harrild Hede	Birgit V, Sanne, Jonna
Kl. 12.00	Middag på Ørbæklund – egenbetaling. Husk selv at bestille	
Kl. 12.30	Lave moskugler etc. Husk selv en skål / fad	Jonna, Birgit V, Sanne
Kl. 13.45	Oprydning og tak for i dag	Alle





Næste værestedmøde

Fredag den 11. december kl. 12.45

Kom og vær med til bl.a. at beslutte
de kommende udflugter.

