

**Ide- og Udviklingscenter
for Viborg Pensionister**

I&U Posten

Januar 2021



**Hjemmeside
www.ideogudvikling.dk**

Aktivitetskalender 2021,1 Startdatoer

Ma. 4/1	Hold 13	Studiekreds, Unni Maagaard
Ti. 5/1	Hold 8	Studiekreds, Bente Noe
On. 6/1	Hold 10	Studiekreds, Ib & Linda Thanild
To. 7/1	Hold 1	Studiekreds, Linda Thanild
To. 7/1	Hold 2	Studiekreds Jette & Poul Zachariasen
To. 7/1	Hold 7	Studiekreds, Lithen Agerbo
Ti. 12/1	Hold 24	Læsekreds, Jette Zachariasen
Fr. 15/1	Hold 25	Livsinspiration, Birte Mølgaard
Ti. 19/1	Hold 29	Noveller, Mona Olesen
To. 28/1	Alle	Generalforsamling
On. 3/2	Hold 28	Mandeholdet, Ole Birch
To. 4/3	Alle	Fællesforedrag, Erik Sommer
Fr. 19/3	Hold 20	Livsinspiration, Birte Mølgaard
Ma. 3/5	Alle	Cykeltur
Ma. 10/5	Alle	Cykeltur
Ti. 11/5	Alle	Trissetur, sønæs
Ma. 17/5	Alle	Cykeltur
Ti. 18/5	Alle	Trissetur, Banebyen
Ti. 25/5	Alle	Trissetur, Brostrøms Minde
To. 27/5	Alle	Fællesforedrag, Brian Lange
Ma. 31/5	Alle	Cykeltur



OBS!

Adresseændring, nyt telefonnummer:

Husk at melde adresseændring, og ændring af telefonnummer m.m.

Med tanke på: "Personfølsomme data", passer vi godt på oplysningerne.



Betaling og mødedatoer

Hold 1 Linda	300 kr.: 7/1, 14/1, 21/1, 28/1, 4/2, 11/2, 18/2, 25/2, 4/3 300 kr.: 11/3, 18/3, 25/3, 8/4, 15/4, 22/4, 6/5, 20/5, 27/5
Hold 2 Jette/Poul	300 kr.: 7/1, 14/1, 21/1, 28/1, 4/2, 11/2, 18/2, 25/2, 4/3 300 kr.: 11/3, 18/3, 25/3, 8/4, 15/4, 22/4, 6/5, 20/5, 27/5
Hold 7 Lithen	300 kr.: 7/1, 14/1, 21/1, 28/1, 4/2, 11/2, 18/2, 25/2, 4/3 300 kr.: 11/3, 18/3, 25/3, 8/4, 15/4, 22/4, 6/5, 20/5, 27/5
Hold 8 Bente	300 kr.: 5/1, 12/1, 19/1, 26/1, 2/2, 9/2, 23/2, 2/3, 9/3 300 kr.: 16/3, 23/3, 30/3, 6/4, 13/4, 20/4, 27/4, 4/5, 11/5
Hold 10 Ib/Linda	300 kr.: 6/1, 13/1, 20/1, 27/1, 3/2, 10/2, 24/2, 3/3, 10/3 300 kr.: 17/3, 24/3, 31/3, 7/4, 14/4, 21/4, 28/4, 5/5, 19/5
Hold 13 Unni	300 kr.: 4/1, 11/1, 18/1, 25/1, 1/2, 8/2, 15/2, 22/2, 1/3 300 kr.: 8/3, 15/3, 22/3, 29/3, 12/4, 19/4, 26/4, 3/5, 10/5
Hold 20 Birte M.	200 kr.: 19/3, 26/3, 9/4, 16/4 200 kr.: 23/4, 7/5, 21/5, 28/5
Hold 25 Birte M.	200 kr.: 15/1, 22/1, 29/1, 5/2 200 kr.: 26/2, 5/3, 12/3, 19/3 (denne dag mødes kl. 13.30)
Hold 28 Ole/Poul	180 kr.: 3/2, 17/2, 3/3, 17/3, 21/4, 5/5, 19/5, 2/6
Hold 24 Jette	125 kr.: 12/1, 2/2, 2/3, 30/3, 4/5
Hold 29 Mona	100 kr.: 19/1, 23/2, 23/3, 20/4
Pause	Hold 14, Birthe J., sang. Hold 19, Solveig, dans.

Pause 2021,1

Kære alle!

Kys nu livet – også bag masken. En kærlig opfordring i duften af 80% sprit. Og, det er lige netop, hvad foreningen vil gøre: Sige ja til alle udfordringer – leve fuldt og helt.

At sætte IogU alt for meget på pause er ikke nogen særlig god ide, så er det et bedre alternativ at rende rundt som mumier bag vore mundbind.

Planerne er lagt, aftaler indgået, værnemidler indkøbt. Enhver tanke om nedlukning og aflysninger er stuvet godt af vejen.

Vi er bare så klar til en ny sæson.

På den ekstraordinære generalforsamling den 8/10 blev det vedtaget, at de fleste hold skulle betale kontingent i 2 rater.

I&U Posten indeholder denne gang en betalingsoversigt. Brug den gerne til egne notater. Husk at skrive dit holdnummer med. Betal gerne efter første eller anden mødegang.

Kan vi i en Corona-sæson lave nye former for ”lovlige” fællesskaber? Kan vi inspirere hinanden til nye måder at mødes på? Behovet for et godt socialt liv er stort. Eksisterer der allerede initiativer, så delagtiggør gerne os andre.

Denne Corona-udgave af IogU Posten indeholder oplysninger om I og U generelt. Studiekredsene H1, H2, H7, H8, H10, H13 og H28 har hver deres eget program. Kontakt holdlederen for information. Ærgerligt, vi ikke rigtig kan synge sammen. Det kunne ellers være fristende at følge bandet TV2: Kys nu det satans liv, grib det, fang det.....

Til slut: Velkommen alle til den nye sæson - nr. 60 af sin art!!
Håber den må blive til stor glæde og gavn for os alle!!

God fornøjelse med det hele.

Linda



Tak!

Merete Jensen – leder af hold 8 – har valgt at stoppe til jul. Det er både holdet – og I og U's øvrige ledere ikke glade for, men vi respekterer dit ønske om at bruge mere tid i sommerhuset – og mere tid sammen med børnebørnene i København.

Merete, du har været meget inspirerende at arbejde sammen med. På din rolige, venlige facon har du fremtryllet spændende gæstelærere og arrangeret gode og indholdsrige ture for holdet.

Tak for din indsats fra 2006 til 2020. Vi ønsker dig held og lykke fremover.

Tak Merete!



Velkommen!

Vi har i IogU den glæde at kunne byde en ny holdleder velkommen. Bente Noe afløser Merete Jensen og starter med holdet 5. januar. Lederskiftet medfører en ændring af mødetid for hold 8. Stadig om tirsdagen, men nu fra 13.00 til 16.00

Vi glæder os alle til et samarbejde med en ny holdleder.

Velkommen Bente Noe.



Nyttige kontonumre:

Til kontingent, fællesforedrag, kirkebesøg:

Net Bank 7831 1042093, Mobile Pay 32658.

Hold arrangementer: I aftaler selv betalingsform



Fællesforedrag

Torsdag den 4. marts kl. 13:30

Viborg Gymnasium, Skaldehøjvej 12

”Med fortælling og sang”

v/ sangkomponist og
højskolemand

Erik Sommer



Der er garanti for gensidig gensynsglæde, når vi i dag skal nyde musik og sang i selskab med Erik Sommer.

Erik Sommer har skrevet mange melodier. Den kendteste ”Du som har tændt millioner af stjerner”, er blevet folkeeje.

Erik Sommer har modtaget flere priser: ”For at have skrevet sangbare melodier, der har gjort nye salmer og sange kendte og skattede af danskerne.”

Den nye udgave af højskolesangbogen indeholder 11 af Erik Sommers melodier, som ganske givet vil indgå i dagens program.

Glæd jer!

- Pris 50 kr. for medlemmer, 75 kr. for gæster.
- Betaling på Netbank 7831 1042093 eller MobilePay 32658
- Tilmelding senest torsdag den 25. februar til din holdleder, som videregiver til Lithen.



Fællesforedrag

Torsdag den 27. maj kl. 13:30

Viborg Gymnasium, Skaldehøjvej 12

”Mit liv i Fremmedlegionen” v/ tidl. korporalchef Brian Lange



Den tidligere faldskærmsjæger i Fremmedlegionen, Brian Lange, fortæller om sine 15 år i den legendariske enhed.

Eventyrlysten fik i 1988 den dengang unge konstabel til at sige farvel til familien og Kongens Jydske Fodregiment, for at træde ind i legionærernes rækker.

Brian Lauge har været indsat i missioner overalt på jorden som soldat i legionen, der, som han siger: ikke er for sarte sjæle....

- Fri adgang hvis du tidligere har betalt for det aflyste foredrag. Ellers 50 kr. for ny tilmelding.
- Betaling på Netbank 7831 1042093 eller MobilePay 32658.
- Tilmelding senest den 20. maj til din holdleder, som videregiver antal til Jette/Poul



Hold 14 - Sang

I&U har et dejligt, stort sanghold. Er du sangglad, og har du lyst til at mærke glæden ved – i godt selskab med andre I&U’ere – at synge noget kendt og lære noget nyt, så er I&U stedet at tilmelde sig.

- I sæson 2021,1 er der desværre intet sanghold. Aktiviteten tages op igen, så snart det er muligt. Vi håber, I alle er klar igen til den tid.
- Birthe Jensen 8663 9554 / 2028 5824
birthe kristine@gmail.com.



Hold 19 – Seniordans

Dans er glæde og livskvalitet. Vi er vilde med dans. Vi har lyst til at forøge livsglæden, få sved på panden og pulsen op.

Desværre må det fornøjelige og sociale danseliv sættes på pause i Corona-tiden.

Men forhåbentlig ses vi, når det igen bliver muligt.

Dansen slår sine folder i Egekværnen, Hald Ege kl. 15-17 på mandage, og ledes af danseinstruktør Solveig Christensen.

2041 4763 / solveig.troestrup@gmail.com.



E-mail adresser

En e-mail vil for lærerne i mange tilfælde være en nem og hurtig kontakt til medlemmerne. Har du en e-mail adresse, må du gerne give den til din holdleder, som videregiver til Linda



Hold 20 + hold 25 – Livsinspiration

Kursus med inspiration til et bedre liv

Formålet med kurset er at hente inspiration til at forblive levende og glad, samtidig med at man bliver ældre og oplever nye udfordringer og muligheder.

Kurset handler om nære, alment-menneskelige emner. Formen er oplæg og samtale.

Der kræves ingen andre forudsætninger end interesse for samtale – og villighed til at lytte.

Deltagerne har ved kursets begyndelse indflydelse på, hvilke temaer der arbejdes med.

Mulige emner kunne eksempelvis være:

”Må jeg være glad, når andre tæt på mig har det dårligt?”

”Kunsten at sige nej og ja, så det føles rigtigt.”

Og aktuelt måske noget om, hvordan vi påvirkes af, hvad der sker rundt om os i samfundet.

Nogle timer kan efter ønske også bruges til samtaler om, hvordan det er at blive ældre. Alt afhængigt både af underviserens og holdets interesse.

- Birte Mølgaard, psykoterapeut, erfaren underviser, leder kurset.
Birte Mølgaard – 6064 8155,
birtemlgaard@gmail.com.
- Pris for 8x3 timer: 400 kr.
- De 2 hold mødes fredage kl. 10:30-13:30 på biblioteket i lokale 3.



Hold 20: 19/3, 26/3, 9/4, 16/4, 23/4, 7/5, 21/5, 28/5

Hold 25: 15/1, 22/1, 29/1, 5/2, 26/2, 5/3, 12/3, 19/3 denne dag kl. 13.30



Hold 24 – Læsekreds.

I dag er læseoplevelsen gået fra at være en ensom affære til en social aktivitet.

Læsekredsen giver mulighed for fælles fordybelse og berigelse.

Man mødes om det samme udgangspunkt.

En læsekreds er måske at sammenligne med en gryderet. Hver deltager kommer med sin ingrediens.

- Pris for deltagelse: 125 kr.
- Kredsen mødes 5 tirsdage kl. 10-12 i hyggelige rammer på biblioteket, Vesterbrogade:
12/1 – 2/2 – 2/3 – 30/3 – 4/5
- Direkte tilmelding til Jette Zachariasen:
8662 5038 / 6133 5038 /
zachariasen@webspeed.dk



Nyttige kontonumre (husk altid holdnummer og dit navn)

Til kontingent, fællesforedrag, kirkebesøg:
Net Bank 7831 1042093, Mobile Pay 32658.



Hold 28 - Mandegruppen

Mænd snakker godt med.... Mænd. Har du lyst til ”mandesnak”, er du velkommen i I&U’s mandegruppe.

Formålet med den er:

At opleve i socialt fællesskab, videregive de erfaringer man selv har, at få en snak på kryds og tværs i hyggeligt samvær - samt deltage i aktiviteter af forskellig art. Man hjælper hinanden med at byde ind på emner.

- Pris: 8 x 2 timer: 180,00 kr.
- Mødegange onsdag eftermiddage kl. 14-16 på biblioteket.
Datoer: 3/2, 17/2, 3/3, 17/3, 21/4, 5/5, 19/5, 2/6
- Leder af gruppen er Ole Birch og Poul Harald Christensen
Tilmelding til Ole Birch. 2324 9343 / ole.birch@outlook.dk



I&U’s hjemmeside: www.ideogudvikling.dk

Vores hjemmeside er et besøg værd. Der findes utallige oplysninger om foreningen, dens formål og aktiviteter. Desuden findes et omfattende billedgalleri, dækkende udflugter, højskole, rejser, arrangementer og dagligdag.

Du kan læse I&U Posten på hjemmesiden.



Hold 29. Vi læser noveller. Litteratur på en anden måde.

Kom som du er. Du får udleveret en novelle, som bliver læst højt af en læseguide (Mona).

Undervejs i læsningen bliver der holdt pauser, hvor vi snakker om det læste ud fra vores egne oplevelser og erfaringer.

Der er ikke rigtige svar. Hvad teksten får os til at tænke på – eller minder os om – er det vigtige!!

Bagefter læser vi et digt. Og på samme måde diskuterer vi det ud fra vores levede liv.

Har du lyst til samvær om litteratur med indhold – så kom og vær med.

- Tirsdagene: 19/1, 23/2, 23/3, 20/4
kl. 14:00-16:00 på biblioteket.
- Leder: Mona Olesen
- Tilmelding direkte til Mona: 2396 9470.
fidello@hotmail.com
- Pris: 100 kr.



Når jeg læser med andre, forstår jeg bedre mig selv, andre mennesker omkring mig – og den verden vi lever i.



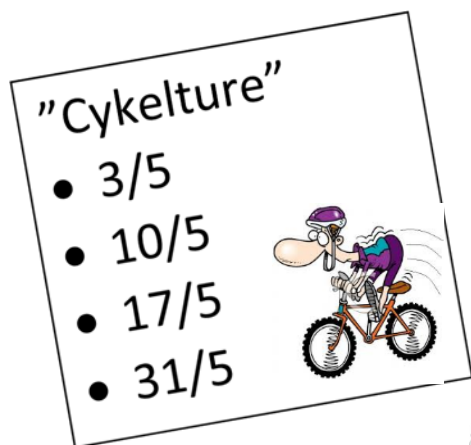
Cykelture! på mandage

Vil du være med til at styrke kondien i godt socialt samvær, så mød frem ved Viborg Svømmehal mandag kl. 18:00. Der er ingen form for tilmelding

Hver gang vil der være et nyt, spændende mål for turen, som maksimum bliver på 10 km.

- Rie Christiansen er idemager og turleder. Er vejret koldt og regnfuldt, så kontakt Rie på 2073 9508
- Vi cykler på datoerne 3/5, 10/5, 17/5, 31/5

Turene foregår i et tempo, hvor alle kan være med – også uden el-cykel.



Trisse-tur med kultur! på tirsdage

Vi mødes en formiddag kl. 10.30. Stedets historie fortælles – der vandres (trisses) rundt i området – og den medbragte kaffe nydes på et egnet sted.

Har du lyst til at mødes og være i godt, socialt selskab en god times tid, så mød frem.

- 11/5 på sØnæs. P-pladsen overfor Fakta på Gl. Århusvej.
- 18/5 Banebyen. Bagindgang på biblioteket.
- 25/5 Brostrøms Minde, P-pladsen ved Golf Salonen.

Ved eventuelle spørgsmål – kontakt Linda på 4042 0759.



Generalforsamling

- Referat af ordinær generalforsamling torsdag den 23. januar 2020 og af ekstraordinær generalforsamling den 8. oktober 2020 kan læses på I&U's hjemmeside: www.ideogudvikling.dk
- Næste generalforsamling afholdes torsdag den 28. januar 2021 kl. 16:30 på biblioteket (lokale 3).
- Der bliver ingen buffet. Foreningen er vært ved en øl eller vand.
- Retningslinjer og hygiejne kommer i højsædet.



Billetter til teater, koncert m.m.

I&U får ofte - favorabelt - billetter tilbudt fra Tingshallen. Tingshallen er under ombygning, men aktiviteterne fortsætter – blot et andet sted. Håndboldhallen, Paletten og andre steder giver en hjælpende hånd.

Situationen er uændret for os, hvor Rie Christian- sen er kontaktperson og formidler.

- Rie, 2073 9508 / rie.amc@gmail.com
Tilmelding til Rie direkte.
- Beløbet indsættes på den specielle I&U billet- konto 7831 1755553 (husk at anføre dit hold- nummer og navn)
- Billetter udleveres i Tingshallens foyer ca. ½ time før forestillingen.



Memory Lane

Sådan var det tænkt engang, sådan bliver det måske igen.

Men husk: For enden af regnbuen ligger ikke skatkisten, men normaliteten måske igen.

2020 gav nogle bump på vejen:

Planlagt

Dawn Chorus
Daggryets kor



Aflyst

Planlagt

Bornholms
Højskole



Jeg elsker at komme til foredrag og lære noget nyt, og jeg elsker at synge sammen med andre, så måske jeg snart skal på højskole igen.

Aflyst

Planlagt



Turen til det billedskønne idylliske Calabrien

Aflyst

Planlagt

Fælles kirkebesøg
i Houlkær Kirke



Aflyst

Planlagt



I&U's
30 års jubilæum

Udsat

Reserveret

Højskolen
Marielyst



Udsat

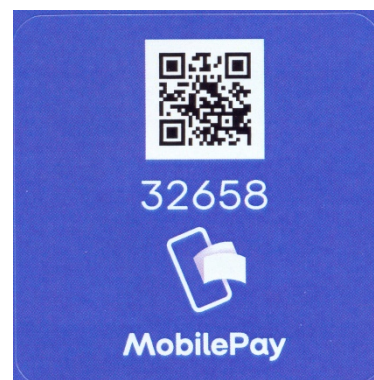
Indbetalinger til I&U

Skriv altid hold nr., aktivitet og navn

Kontingent

- Netbank. 7831 1042093.
- MobilePay. 32658.

Kontingentet betales efter første mødegang.



Anden betaling

Fællesforedrag, kirkebesøg m.m.

- Net-bank 7831 1042093 eller
- MobilePay 32658

Særlige arrangementer

Arrangerende lærer modtager betaling på særligt kontonummer til:

- Højskole: Net-bank 7833 1501748.
- Rejser: Net-bank 7833 1501748.
- Billetter til Tinghallen: Net-bank 7831 1755553.



Holdenes egne arrangementer

Endagsture o.l. med dit hold og din egen holdleder:

- I aftaler selv betalingsform.



I&U's hold

Nr	Tidspunkt	Sted + pris	Lærer
1	Studiekreds Torsdage Kl. 13.30-16.30 Start 7/1	Biblioteket Vesterbrogade 18x3 timer 600 kr.	Linda Thanild 4042 0759 lindathanild@gmail.com 
2	Studiekreds Torsdage Kl. 13.30-16.30 Start 7/1	Biblioteket Vesterbrogade 18x3 timer 600 kr.	Jette & Poul Zachariasen 6133 5038 / 8662 5038 zachariasen@ webspeed.dk  
7	Studiekreds Torsdage Kl. 9-12 Start 7/1	Biblioteket Vesterbrogade 18x3 timer 600 kr.	Lithen Agerbo 2166 5506 lithen@outlook.dk 
8	Studiekreds Tirsdage Kl. 13-16 Start 5/1	Biblioteket Vesterbrogade 18x3 timer 600 kr.	Bente Noe 6146 3506 bentenoe@outlook.com 
10	Studiekreds Onsdage Kl. 9.30-12.30 Start 6/1	Biblioteket Vesterbrogade 18x3 timer 600 kr.	Linda og Ib Thanild 4042 0759 thanild@webspeed.dk  
13	Studiekreds Mandage Kl. 9.30-12.30 Start 4/1	"Egekværnen" Hald Ege 18x3 timer 600 kr.	Unni Maagaard 2819 4931 unni.maag@mail.dk 
14	Sang Tirsdage 14.15-16.15 2 gange mdl. PAUSE!	Biblioteket Vesterbrogade 8x2 timer 180 kr.	Birthe Jensen 8663 9554 / 2028 5824 birthe.kristine@gmail.com 

19	Seniordans Mandage 15-17 PAUSE!	"Egekværnen" Hald Ege 10x2 timer 225 kr.	Solveig Christiansen 2041 4763 solveig.troestrup@gmail.com	
20	Livsinspiration Fredage Kl. 10.30-13.30 Start 19/3	Biblioteket Vesterbrogade 8x3 timer 400 kr.	Birte Mølgaard 6064 8155 birtemlgaard@gmail.com	
24	Læsekrede Tirsdag 10-12 Start 12/1	Biblioteket Vesterbrogade 5x2 timer 125 kr.	Jette Zachariasen 6133 5038 / 8662 5038 zachariasen@webspeed.dk	
25	Livsinspiration Fredage Kl. 10.30-13.30 Start 15/1	Biblioteket Vesterbrogade 8x3 timer 400 kr.	Birte Mølgaard 6064 8155 birtemlgaard@gmail.com	
28	Mandegruppen Onsdage Kl. 14-16 Start 3/2	Biblioteket Vesterbrogade 8x2 timer 180 kr.	Ole Birch 2324 9343 ole.birch@outlook.dk	
29	Vi læser noveller Tirsdage Kl. 14-16 Start 19/1	Biblioteket Vesterbrogade 4x2 timer 100 kr.	Mona Olesen 2396 9470 <u>fidello@hotmail.com</u>	



**Hvorfor arbejde så meget inde,
når alt håb er ude**

I&U's bestyrelse.

Formand	Linda Thanild (lærer) Teglmarken 26 4042 0759 lindathanild@gmail.com	
Næstformand	Anne Marie Christiansen (kursist, hold 2) Klokkelyngen 64 8662 9508 / 2073 9508 amc-1@youmail.dk	
Kasserer (uden stemmeret)	Poul Zachariasen (lærer) Midgårdsvej 39 8662 5038 / 4062 5038 zachariasen@webspeed.dk	
Best.medlem	Inga Uhde (kursist) Lindevænget 28, Hald Ege 4150 8105 ingauhde@youmail.dk	
Best.medlem	Bente Søltøft (kursist) Nørremøllevej 25F 2270 8669 bjsoltøft@gmail.com	
Best.medlem	Jette Zachariasen (lærer) Midgårdsvej 39 8662 5038 / 6133 5038 zachariasen@webspeed.dk	





Redaktør: Linda Thanild
IT-teknik: Ib Thanild