

VAARST OG OMEGNS BORGERFORENING

Rundt om Vaarst

Oktober 2018, nr. 3, 12. årgang



Annoncører: Vaarst Træpillesalg, Mou Hotel, Lille Vildmose Produktionsskole, Gistrup Pizza & Grill, AM Auto, Vibration Nord, Anlægsgartneren Lars Rasmussen Dantek Brian Bilpleje, MY Fotografi, Wagner Anlæg & Havedesign, Rikkens Landkøkken, Søren Buus Brink, SH Auto, Resource IT, Musikundervisning



Borgerforeningen for Vaarst og Omegn

Formålet med dette blad er at orientere om, hvad der sker i Vaarst og omegn lige nu. Bladet udkommer ca. 4 gange om året - eller når der er behov og lyst til at meddele nye informationer via foreningen.

I bladet orienteres om sidste nyt fra borgerforeningen og samrådets aktiviteter samt historier fra byens foreninger og institutioner.

Næste nummer forventes at udkomme lige inden jul 2018.

Har du stof til næste blad, kan det sendes pr. mail til: vaarst.borger@gmail.com senest d. 3. december 2018.

Tak til alle, der har bidraget med stof og fotos til dette nummer af Rundt om Vaarst.

Udgivet af Vaarst og Omegns borgerforening

Ansvarshavende: Rikke Christensen

Tryk: Vestergaards Bogtrykkeri

Distribution: Vaarst, Gudum, Stærhøj og Torderup.

Korrektur: Ann og Ambjørn Bidstrup Lebech

Borgerforeningens visioner for Vaarst

Vaarst skal være en by med et attraktivt nærmiljø, hvor arrangementer, aktiviteter og initiativer skal medvirke til at skabe en bykultur med fokus på fællesskab og oplevelser. Byens foreninger og institutioner skal i højere grad inddrages i arbejdet med arrangementer samt bladet "Rundt om Vaarst".

Vaarst skal profilere sig uden for byskiltet - det er ikke nok at vide, at man bor i en fed by, hvis resten af verden ikke ved, at den eksisterer.

Vaarst skal være fremtidens landsby og skal derfor også om 10 år være bedre rustet til at konkurrere med de lidt større byer tættere på Aalborg.

Hvad er det, vi skal konkurrere på? Hvor adskiller Vaarst sig fra de øvrige små byer? Hvordan gør vi byen til et attraktivt valg og et prisbilligt alternativ for børnefamilier idag og 10 år frem?

Borgerforeningens bestyrelse:

Theo: Formand, 007beltoft@gmail.com

Martin: Næstformand, ringsmose.nielsen@gmail.com

Jimmy: Kasserer, kasserer.vaarst@gmail.com

Rikke: Sekretær, vaarst.borger@gmail.com

Sarah: Menigt medlem, sarahscharfe@hotmail.com

Line: Menigt medlem

Samråd for Vaarst og Omegn:

Tom Greiffenberg greif09@gmail.com

Webmaster på www.vaarst.dk:

Theo Beltoft, 007beltoft@gmail.com

Spejder i Vaarst:

Kreditsfører Lone Johansen Bundgaard, Tlf. 22 96 41 24, loneogjoernbundgaard@gmail.com

Udlejning af borde/stole

Vaarst Uret: Flemming Kristensen, tlf. 20 64 05 15

Telt: jimmyravnel@gmail.com. Pris 1000,- som skal forudbetales.

Fodbold, badminton, håndbold mm.

se www.vfb-sport.dk

Den forældre styrede legestue i Baptistkirkens lokaler

Onsdag mellem 9.30 og 11.30. Anna Lundin tlf. 20 86 31 36

Cowdancers i Vaarst:

Heidi på tlf. 98 33 33 64 eller Vibeke på tlf. 21 62 27 09

Petanqueklubben:

Formand, Jens Thorsen, tlf. 40 41 9913, formand@vaarst-petanqueklub.dk. Kasserer Svend E. Pedersen, tlf. 22 15 35 64, kasserer@vaarst-petanqueklub.dk

Vaarst Fjellerad Fiskeriforening:

Jørgen Haller tlf. 98 33 31 78 eller joergen@haller.dk

Leje af Årstidernes hus:

www.vaarst.dk - Booking af Årstidernes hus.

Her findes kalender og vejledning i onlinebooking.

Flag ved byens 5 indfaldsveje:

Flemming Kristensen flemming9260@gmail.com

Flaghejsning ved Friskole:

Kontaktperson Vagn Jensen, tlf. 40 41 32 26.

Leje af Vaarst klubhus:

Anja på tlf. 23 93 37 08

Her holder Bogbussen i Vaarst: Vaarst Banevej

Onsag 17.45-19.30.

Zikelpriksesser:

Theo Beltoft tlf. 61 72 34 16

Vaarstsamlingen:

Britta Nielsen tlf. 40 87 35 68

Kanoer: Købmanden i Fjellerad

Udlejning af Gudum forsamlingshus:

Jens Ole Rasmussen tlf. 40 40 01 08



Vestergaards
Bogtrykkeri ApS
Tlf. 98 92 05 00
Fåborgvej 5, 9220 Aalborg Ø | www.vestergaards.com

*1000 tak
til alle vores sponsorer;
uden dem kan dette blad
ikke udgives.*



JULETRÆSTÆNDING

Vi mødes foran "Friskolen" kl. 14.00, synger et par julesange og tænder byens træ (samme sted som altid).

Derefter fortsætter vi til julehygge i Vaarst Uret.

med GRATIS gløgg og æbleskiver der er sponsoreret af Samrådet.

Det kræver ingen tilmelding at deltage.

Arrangementet er et samarbejde mellem Vaarst og Omegns Borgerforening og Vaarst Uret

Søndag d. 25. nov.
kl. 14.00-16.00 i Vaarst



Familiedag



Igen i år indbød Borgerforeningen til Familiedag i Vaarst.

I dejligt solskinsvejr lørdag d. 18. august startede det traditionelle optog gennem byen. Der var opstart foran den gamle købmand, hvor Ann Bidstrup i selskab med Ambjørn og en til lejligheden sammensat rytmegruppe introducerede de fremmødte til optogssangen - selvfølgelig komponeret og skrevet af Ann og Ambjørn. Der var uddeling af selv-designede rytme- og rasleinstrumenter og så var der ellers sang og dans i gaden. Rundt i byen og retur med afslutning på boldbanerne ved klubhuset.

Her ventede varm kaffe og nyindkøbte rundstykker fra Polle.

Kort efter blev der budt velkommen, hvor dagens stramme og dog festlige program blev offentliggjort.

Og - vanen tro - var første punkt på dagen Vaarst Games. Denne lystfyldte og engagerende konkurrence, som år efter år vækker næsten dyriske kræfter i deltagerne, blev gudskelov styret med kyndig hånd og kraftfuldt fuldsæk af Theo, som i år havde allieret sig med den næsten ubestikkelige dommer, Jacob Sørensen.

Alle holdene skulle gennem 5 forskellige styrkeprøver, som udløste vidt forskellige point, som den næsten ubestikkelige Jacob Sørensen noterede på et stykke papir, mens han trak fra og lagde til, så den rigtige vinder af Vaarst Games kunne kåres senere på dagen. Der blev dystet i sækkeløb, støvlekast, æggeløb, vikingespil og straffespark og snart stod det klart for alle, hvem vinderen af Vaarst Games måtte blive. Men det går ikke altid som præsten prædiker.

Efter kampene blev der pustet ud, drukket en øl og sodavand og spist en pølse, mens nogen glædede sig mere til offentliggørelsen af resultatet end andre.

Line og Sarah havde været særligt inspirerede og havde arrangeret det mest fantastiske kreative værksted for børn, hvilket mange af de voksne åbenbart ikke forstod, for både børn og voksne kastede sig ud i løjerne med bl.a. modellervoks og skabte imponerende figurer.

Senere var det tid til kåring af Årets Kage. Og her var der skarp konkurrence. Virkelig tæt løb og dommerne, Peter Thrane og Søren Hilker, var udfordret til det yderste. Glædeligt var det at Peter Thrane i år undlod at lade sig styre af kammerateri og godt naboskab, men derimod lod den faktiske smagsoplevelse styre pointfordelingen. Flot! Og kagerne fremstod så fantastiske og indbydende, at det var umuligt at forudsige det endelige resultat.

Men kl 13.30 kunne spændingen ikke holdes længere. Der forelå nu et samlet resultat og dermed en vinder af både Vaarst Games og Kagedysten.

Først blev årets kage kåret. Og her havde Peter og Søren efter en meget omhyggeligt og minutøst pointskema fundet frem til ikke bare vinderen, men også nr 2 og nr 3. Flot! Og vinderen af Årets Kage 2018 blev Vilfred og Veras superdejlige kage. Tillykke til jer!

Og dernæst blev vinderne af Vaarst Games kåret. Og her var forundringen udbredt. For vinderne af Vaarst Games 2018 blev Marcu's. Tillykke til jer!

Selvfølgelig en overraskende og forbavsende udgang på eftermiddagen, så behovet for, at dagen kunne sluttes med fest og god mad var stor.

I år var klubhuset lejet ud til anden side, så gode råd var dyre. For hvor skulle vi så slutte af henne? Grusgraven, et telt på marken eller ingen fest...!? Og hvad med maden? Men så slog lyset ned i et af byens klogere hoveder: "Den gamle gymnastiksal ved børnehaven". Som tænkt så gjort. Og pludselig meldte Christian Borup sig på banen. For han vil da gerne lave menu til samtlige deltagere!

Og så var vi ligesom igang.

Salen blev pyntet. Der var slushice-maskine og softice-maskine og fadølsanlæg og Helverskov præsenterede hele arsenalet, mens Christian og familien lavede den skønneste mad til alle. **Snakken gik, mens søm blev slået i en træstub og snart blev det aften og siden nat og så var Familiedagen 2018 slut.**

Info vedr. Aalborg kommunes behandling af miljøgodkendelse til etablering af autoskrot virksomhed i Vaarst

Aalborg kommunes miljø og teknikafdeling behandler fortsat sagen, og er i skrivende stund dermed ikke kommet frem til en afgørelse. Samråd og Borgerforening modtager løbende orienteringer om de mange henvendelser, Aalborg kommune modtager fra borgere i Vaarst.

Vi er også blevet orienteret om, at Aalborg kommune ikke kun behandler den omtalte ansøgning vedr. Vaarst banevej 10, men også i øjeblikket har fokus på, om det som foregår i de tidligere Imex bygninger, er i overensstemmelse med gældende tilladelser og lovgivning.

Vi opfordres til fortsat at kontakte Aalborg kommune, hvis vi oplever fladning af biler, udendørs opbevaring, larm udenfor normale arbejdstider og usikker transport af køretøjer rundt i byen.

Der vil blive orienteret om Aalborg kommunes beslutning og relevante info om begge sager i takt med at Samråd og Borgerforening modtager nyheder.

Mvh Samrådet og Vaarst Borgerforening



MTB



De lokale MTB ryttere skal have nye uniformer.

Det er ikke fordi at de gamle strammer men, mere pga. af slid og skader på de gamle klæder.

Det åbner op for at vi kan lave nye 2 årige aftaler med eksisterende og eventuelt nye interesserede sponsorer.

Vi er et sted imellem 15-20 ryttere der deltager jævnligt i lokale MTB løb og nogle enkelte prioriterede arrangementer i Silkeborg og Horsens.

Geografisk dominerer Vaarst og omegn medlemssammensætningen men, vi er såmænd også repræsenteret i Ringkøbing, Klarup, Visse, og en smule i USA.

Det koster 2500,- at få sit logo på tøjet i 2 år og vil man have 2 x logo, hvor af det ene er placeret rigtig lækkert, kan man blive hovedsponsor for 5000,-

Som hovedsponsor får man sin egen trøje samt gratis kuvert til vores julefrokost/ generalforsamling på Brasseri No. 76 i februar hvor de nye uniformer traditionen tro bliver præsenteret.

Der er i skrivende stund fortsat plads til 1-2 alm. sponsorer samt 1 hovedsponsor.

Find os på Facebook eller kontakt sponsoransvarlig direkte på 007beltoft@gmail.com



Åben Åbred

Hvert år i september (2. lørdag i sept) afholder Vaarst-Fjellerad fiskeriforening et gratis arrangement for både børn og voksne, ved Lindenberg å.

På vendepladsen v. Lindenberg Gods, ad den gamle landevej fra Fjellerad.

Fiskeriforeningen vil gerne have at flere skal have lov at opleve åen. Derfor nyder de hvert år at lave dette arrangement og dele et par hyggelige timer sammen med alle os der har tid og lyst til at kigge forbi.

Der er konkurrencer for alle, med præmier der er doneret af forskellige lokale sponsorer, deriblandt en laks - den person det gætter tættest på den rigtige vægt vinder laksen.

Der er også præmier til børnene, i form af fiskeudstyr...

Aktiviteter - de kan varieres fra år til år... i år var der bl.a. snobrød, kanosejls og fiskefrikadeller over bål.

Der er altid bagt kage og brygget kaffe og mulighed for en sodavand eller øl.

*Du er altid velkommen til at kontakte formand for Fiskeriforeningen
Rudy Nielsen på tlf.: 21 41 54 62*



Årstidernes Hus

Urstien vender snart tilbage

Byggeriet af de nye boliger på Skovskrænten, som fører op til Årstidernes Hus har betydet, at der er sket en del ændringer i og omkring Vaarst Uret.

Bommen, det grønne infoskilt og infoskabet er flyttet tættere på Årstidernes Hus og på den seneste arbejdsdag fik begge dele et lag maing.

Der er blevet etableret et parkeringsområde oppe ved bommen, hvor Vaarst Urets gæster kan parkere. Rundt om denne P-plads er de nymalede lamper også sat op igen.

Senest har vi valgt også at grave de små grønne skilte ned igen, som viser vejen til Urstien. Det kan måske give anledning til et smil på læben, da stien jo ikke er etableret endnu, men skiltene er placeret cirka, der hvor opgangen til stien MOD URET og MED URET senere etableres. Vi har valgt at stikke dem i jorden nu, da de lider overlast når de ligger på jorden. **Så træk bare på smilebåndet når I ser deres placering...**

Til foråret håber vi, at p-pladsen er færdiganlagt, vejen op til Årstidernes Hus er anlagt og at stien er reetableret, så skiltene kan få den helt rette placering igen.



Vil du være

Kok, Tjener, Oldfrue, Pedel eller noget helt andet
- så er muligheden her...

Mou Hotel – Lille Vildmose Produktionsskole
- en dynamisk kombination af hotel, kulturhus
samt et moderne lærested for unge.



Dagens ret

serveres hver torsdag i hotellets restaurant mellem kl. 12.00 - 13.30,
samt fra 17.00 - 20.00.
Bordbestilling på tlf. 98 31 17 99.
Ud af huset, afhentes inden kl. 19.00.

Fredagsbuffet

1. fredag i måneden kl. 18.00 - 21.00. Stort ta' selv bord

Sæson menu

Se menuen under Mou Hotel på Facebook.
Serveres mandag, tirsdag, onsdag og torsdag kl. 12.00 - 13.30,
samt torsdag kl. 17.00 - 20.00

Er du mellem 16 og 25 år

uafklaret og uden uddannelse, med interesse inden for:

- Cater/ernæringsassistent
- Reception
- Hotel og Restauration
- Oldfrue, planlægning og rengøring
- Bygningsvedligehold
- Pedel/ejendomsservice
- STU-Uddannelse, - særligt tilrettelagt ungdomsuddannelse for unge med særlige behov

så er Mou Hotel lige noget for dig!

På Mou Hotel findes der følgende aktiviteter:

Reception - Kultur Hus, fester - Hotel og Restaurant
Kurser og Conference - Kunstudstillinger



find os på

facebook

LILLE VILDMOSE
PRODUKTIONSSKOLE

MOU HOTEL Gl. Egensevej 8, Mou, 9280 Storvorde, 98 31 17 99

GÅRDEN - Botræningsværksted Danmarksgade 37, 9293 Kongerslev, 98 33 17 99

LILLE VILDMOSE PRODUKTIONSSKOLE Bizonvej 17, Kongerslev, 98 33 17 99



Se mere på www.kongprod.dk www.mouhotel.dk



VW · Audi · Skoda · Seat

SERVICE OG REPARATIONER

AF ALLE
MÆRKER



Tlf.: 32 16 26 95 · www.am-auto.dk

v. Peter Christensen · Gøteborgvej 3, Skalborg · 9200 Aalborg SV



VIBRATION NORD
KVALITET MED OMHU

Vibrationsafgratning
Vibrationssslibning
Vibrationspolering
Kuglepolering
Glasblæsning
Overfladebehandling

Vaarstvej 186 · 9260 Gistrup
Tlf: 98 33 35 98

www.vibrationnord.dk



ANLÆGSGARTNEREN



Lars Rasmussen

Sagavej 16 · Gistrup
Tlf.: 98 33 35 84 · Bil: 22 31 52 90

DANTEK
BRIAN
bilpleje

www.dantekbilpleje.dk
Tlf. 96 77 50 50

MY FOTOGRAFI

*Det er ikke for tidligt
at bestille tid til
konfirmations-
fotografering*

Fotografering

Nyfødt - Gravid - Bryllup - Konfirmand - Fest

Stærhøj 5 · 9260 Gistrup · Tlf. 20 77 76 69 · myfotografi.info@gmail.com

HAR DU HUSKET!!

- Arkivet er åbent hver tirsdag fra d. 1. oktober
se mere side 20

- Halloween d. 3. nov.
se mere side 18 - 19

- Gavespil d. 10. nov.
se mere side 17

- Juletræstænding d. 25. nov.
se mere side xx

2018 | NOVEMBER

2018 | DECEMBER

2018 | JANUAR

2018 | FEBRUAR

2018 | MARTS

2018 | APRIL

To	1	Strikke/nørteklubben
Fr	2	
Lø	3	Halloween
Sø	4	
Ma	5	Banko, Linedance
Ti	6	Vaarstsamlngen
On	7	Petangue, Spejder
To	8	Strikke/nørteklubben
Fr	9	
Lø	10	
Sø	11	
Ma	12	Banko, Linedance
Ti	13	
On	14	Petangue, Spejder
To	15	
Fr	16	
Lø	17	
Sø	18	
Ma	19	Banko, Linedance
Ti	20	
On	21	Petangue, Spejder
To	22	
Fr	23	
Lø	24	
Sø	25	Juletræstænding
Ma	26	Banko, Linedance
Ti	27	
On	28	Petangue, Spejder
To	29	
Fr	30	

Lø	1	
Sø	2	
Ma	3	Banko, Linedance
Ti	4	Vaarstsamlngen
On	5	Petangue, Spejder
To	6	Strikke/nørteklubben
Fr	7	
Lø	8	
Sø	9	
Ma	10	Banko, Linedance
Ti	11	
On	12	Petangue, Spejder
To	13	
Fr	14	
Lø	15	
Sø	16	
Ma	17	Banko, Linedance
Ti	18	
On	19	Petangue, Spejder
To	20	
Fr	21	
Lø	22	
Sø	23	
Ma	24	
Ti	25	Juledag
On	26	2. juledag
To	27	
Fr	28	
Lø	29	
Sø	30	
Ma	31	

Ti	1	Nytårsdag
On	2	Petangue, Spejder
To	3	Strikke/nørteklubben
Fr	4	
Lø	5	
Sø	6	
Ma	7	Banko, Linedance
Ti	8	
On	9	Petangue, Spejder
To	10	
Fr	11	
Lø	12	
Sø	13	
Ma	14	Banko, Linedance
Ti	15	
On	16	Petangue, Spejder
To	17	
Fr	18	
Lø	19	
Sø	20	
Ma	21	Banko, Linedance
Ti	22	
On	23	Petangue, Spejder
To	24	
Fr	25	
Lø	26	
Sø	27	
Ma	28	Banko, Linedance
Ti	29	
On	30	Petangue, Spejder
To	31	

Fr	1	
Lø	2	
Sø	3	
Ma	4	Banko, Linedance
Ti	5	Vaarstsamlngen
On	6	Petangue, Spejder
To	7	Strikke/nørteklubben
Fr	8	
Lø	9	
Sø	10	
Ma	11	Banko, Linedance
Ti	12	
On	13	Petangue, Spejder
To	14	
Fr	15	
Lø	16	
Sø	17	
Ma	18	Skolemes vinterferie
Ti	19	
On	20	Petangue, Spejder
To	21	
Fr	22	
Lø	23	
Sø	24	
Ma	25	Banko, Linedance
Ti	26	
On	27	Petangue, Spejder
To	28	

Fr	1	
Lø	2	
Sø	3	
Ma	4	Banko, Linedance
Ti	5	Vaarstsamlngen
On	6	Petangue, Spejder
To	7	Strikke/nørteklubben
Fr	8	
Lø	9	
Sø	10	
Ma	11	Banko, Linedance
Ti	12	
On	13	Petangue, Spejder
To	14	
Fr	15	
Lø	16	
Sø	17	
Ma	18	Banko, Linedance
Ti	19	
On	20	Petangue, Spejder
To	21	
Fr	22	
Lø	23	
Sø	24	
Ma	25	Banko, Linedance
Ti	26	
On	27	Petangue, Spejder
To	28	
Fr	29	
Lø	30	
Sø	31	

Ma	1	
Ti	2	
On	3	
To	4	
Fr	5	
Lø	6	
Sø	7	
Ma	8	
Ti	9	
On	10	
To	11	
Fr	12	
Lø	13	
Sø	14	Palmesøndag
Ma	15	
Ti	16	
On	17	
To	18	Skærtorsdag
Fr	19	Langfredag
Lø	20	
Sø	21	Påskedag
Ma	22	2. påskedag
Ti	23	
On	24	
To	25	
Fr	26	
Lø	27	
Sø	28	
Ma	29	
Ti	30	

Har du noget, du vil have med i kalenderen, næste gang “Rundt om Vaarst” udkommer ilge inden jul så send det venligst til vaarst.borger@gmail.com senest d. 3. december

ANLÆGSGARTNER
WAGNER
ANLÆG OG HAVEDESIGN

www.wagner-havedesign.dk · Tlf 30 690 680



Thorsbrovej 11, Gudumholm, 9280 Storvorde
Tlf.: 28 86 20 31 - CVR nr. 35569626
Email: kontakt@rikkes-landkoekken.dk
Find os på: www.rikkes-landkoekken.dk & Facebook



VAARST TRÆPILLESALG

- Tlf.: 20 94 25 32 -

SØREN BUUS BRINK



Aut. El-installatør
Vaarstvej 260, Vaarst
9260 Gistrup

- | | |
|--------------------------|--------------------------------|
| Bolig-installatør | Overvågningsanlæg |
| Landbrugs-installationer | Tavle- og styringsanlæg |
| Industri-installationer | Hvidevarer, salg og reparation |
| EDB-installationer | Døgnservice |
| Tele-installationer | Kontakt en sikker forbindelse: |

TLF. 98 33 30 51

Mobil 20 91 48 88

DRØMMER DU OM AT SPILLE ET INSTRUMENT?

Kompetent musikundervisning for alle aldre og på alle niveauer her i Vaarst

FIND MIG PÅ MUSIKUNDERVISNING.DK

Eller kontakt mig direkte: Tlf. 30 26 78 02
ambjornlebech@gmail.com



AMBJØRN LEBECH

Gistrup Pizza & Grillhus

Hadsundvej 381 · 9260 Gistrup

Tlf. 98 31 44 00

PIZZA - KEBAB - PASTARETTER - SALATER - GRILLRETTER



Teknicar



FINANSIER DIN VÆRKSTEDSREGNING

FÅ OP TIL 12 MÅNEDERS RENTEFRIT KREDIT

Med et Teknicar Kort har du altid op til 60 dages omkostningsfri kredit og mulighed for op til 12 måneders rentefri kredit. Ansøg om kortet og læs betingelser på www.teknicar.dk/finansiering

Resurs Bank Præseksempel: Køb kr. 15.000,- over 12 måneder. Debitorrente 0 %. Månedlig ydelse kr. 1.318,-. Oprettelsesgebyr kr. 395,-. Administrationsgebyr pr. md. kr. 35,-. Samlede kreditomkostninger kr. 815,-. Samlet beløb til betaling kr. 15.815,-. ÅOP 9,5%. Alle omkostninger er naturligvis indregnet i ÅOP og de samlede kreditomkostninger.

S. H. Auto

Ellidshøjvej 61b, Ellidshøj
9230 Svenstrup J

Tlf: 25 47 27 53

Email: sh@c.dk

Godt håndværk til alle biler

www.teknicar.dk

RESOURCE IT

SKAL VI LAVE JERES NYE HJEMMESIDE?

Mål to gange men skær kun én gang - I skal ikke blot have en hjemmeside, I skal have en hjemmeside der passer til netop jeres behov. Derfor vil første møde med os starte med at I taler og vi lytter.



VI TROR PÅ



At en lynhurtige hjemmeside sælger mere



At en hjemmeside skal være responsiv, så den passer både til PC, tablet og smartphone



At søgemaskine-optimering skal indtænkes fra starten

Læs mere på vores hjemmeside:
www.resource-it.dk

Ring og hør mere om hvad vi kan tilbyde på:
+45 71 99 37 51

Nye boliger på Skovskrænten (Vaarst Uret)

Da der har været ekstremt stor eftersørgsel, efter de første huse der er bygget i Vaarst Uret, er der derfor udviklet fase 2.

Disse består af 6 to plans lejligheder på 125 kvm.

Dog er der ikke givet byggetilladelse til dette projekt endnu. Når dette er på plads, vil byggeriet evt. kunne starte tidligst i maj 2019, med indflytning ultimo 2019.

For yderligere information kontakt:

PR2014 Invest

David Klit

Tlf.: 40 55 55 20





MINDFULNESS I GUDUM



HVORFOR MINDFULNESS?

Mindfulness er en veldokumenteret videnskabelig praksis og et 8 ugers mindfulness-forløb bidrager til indre ro, kan forebygge stress, reducere stress, gøre det nemmere at leve med kroniske smerter, udvikle din evne til at prioritere, det der er vigtigt for dig og meget meget mere.

Når du praktiserer mindfulness, opøver du nemlig din evne til at være til stede i nuet, og acceptere det, der er.

Vi arbejder med at øge opmærksomheden på det, der er **lige nu**. Det gør vi ved hjælp af meditationer med fokus på krop og åndedræt, gennemgang af teori og små øvelser deltagerne får med hjem.

Gradvist bliver man herved i stand til, at sortere i sine tanker og vælge hvilke man vil fokusere og bruge energi på.

Det vigtige i mindfulness er først og fremmest at praktisere det! Herigennem træner vi nemlig hjernen til at være opmærksom i nuet og denne træning smitter lige så stille af på livet udenfor det mindfulde træningsrum. Dvs. du får nemmere ved at holde fokus og rette din opmærksomhed mod det du ønsker - og det giver øget nærvær!

Din egen **indstilling og indsats** er vigtig. Mindfulness er en løbende process, der tager tid og kræver en indsats. Du får derfor mest ud af forløbet, hvis du er indstillet på også at yde en indsats derhjemme imellem møde-gangene.

Og så er en ordentlig portion tålmodighed med dig selv og processen god at have med;-)

Første hold er i gang i det nyrenoverede forsamlingshus i Gudum og løber over 9 onsdage fra 17-18. Vi startede i oktober.

Der opstartes nyt hold i januar/februar, så lyt til jungletrommerne, hold øje med facebook-grupperne og Rundt om Vaarst.

Har du spørgsmål eller lyst til at høre mere om mindfulness generelt eller mere specifikt om mine hold, er du meget velkommen til at kontakte mig!

MINDFULDE HILSNER FRA NINA

SE MERE PÅ NINASVERDEN.DK - HER KAN DU TILMELDE DIG
FACEBOOKGRUPPEN FOR MINDFULNESS



**ET AF NORDJYLLANDS STØRSTE GAVESPIL
I FJELLERADHALLEN**

LØRDAG D. 10/11 2018 KL. 13.30

(DØRENE ÅBNES KL. 12.00)



OVER 300 GAVER/SAMLET VÆRDI OVER 55.000 KR.

SODAVAND/KILDEVAND, KAFFE/TE OG KAGE KAN KØBES

Husk bingobrikker!

Tak til alle vores sponsorer!

Arr. FJELLERAD BANKO- & AKTIVITETSFORENING

Stemningsbilleder fra Halloween 2017



HALLOWEEN



Lørdag d. 3 november
spredter uhyggen sig endnu
en gang i Vaarst Uret !!

Der vil være aktiviteter for
både store og små!

Sæt kryds i kalenderen allerede nu!!

Nærmere info følger på Vaarst By facebook side

BANKO

I VAARST KLUBHUS

HVER MANDAG
KL. 19.00 - CA. 21.30

VI SPILLER OM PENGE:

2 X KR. 200,-

19 X KR. 100,-

KR. 20,- PÅ RÆKKEGEVINSTER
DIVERSE ANDRE SPIL MED
PENGEDEVINSTER

DER VIL VÆRE SALG AF
PØLSER, SLIK, VAND OG KAFFE

Overskuddet
går til:



ARRANGERET AF
VAARST VENNERNE

Nyt fra Vaarst Samlingen

Den årlige generalforsamling er vel overstået.
Bestyrelsen er den samme som før.

Kontingent er som tidligere:
50 kr. for enlige og 100 kr. pr. husstand.

Efter generalforsamlingen fortalte Per Eriksen om baptistbevægelsens start her i Nordjylland i 1800-tallet.

Pioneren, Ole Nielsen Føltved, døjede en hård kamp for at måtte efterleve sin opfattelse af bibelen - dåben var afgørende og anledning til uoverensstemmelser med folkekirken. Han blev fængslet i en periode, han fik frataget alle sine hædersbeviser fra hæren, familiens ejendele blev solgt ved auktion, og hans barn blev tvangsdøbt af ordensmagten.

Baptistbevægelsen blev først accepteret og anerkendt med indførelse af 1849-Grundloven, som tillod religionsfrihed.

Der er ca. 6000 baptister i Danmark, hvor halvdelen bor i Nordjylland.
Baptist betyder "at neddykke".

Danmarks første friskole blev bygget af baptister her i Vaarst ved Næsbygaard, der hvor Christian Kvist og Tinna Værum Østergaard bor.

Tak til Poul Eriksen for et rigtig spændende foredrag.

Vedrørende Åbent Hus-dage:

Fra d. 1. oktober vil arkivet være åbent første tirsdag i måneden fra kl. 15 - 17.

I juli og december vil arkivet fremover være lukket.

Man er altid velkommen til at kontakte bestyrelsen, hvis man ønsker at besøge arkivet på andre tidspunkter.

BYENS

KØBMAND

Vaarstvej 334, Fjellerad
9260 Gistrup
Tlf: 98 33 30 03

Åbningstider:

Man-fre kl. 7.30 - 18.00

Lørdag kl. 7.30 - 13.00

Søndag kl. 7.30 - 11.00

Husk vi sælger også taletidskort
til din mobiltelefon.

Hvis din post skal være
fremme næste dag, skal den
afleveres senest kl. 10.00.

LET-KØB

Hos os kan du også
sende med:

General Logistics Systems

EFTER 15 ÅR
HAR VI VALGT AT STOPPE
DEN 31. MAJ 2019

HAR DU/I LYST TIL AT OVERTAGE BUTIKKEN
kontakt da gerne Gitte og Poul Erik på:
tlf.: 98 33 30 03 eller byenskobmand@hotmail.com

Hver dag frisk morgenbrød

Medicinudlevering fra Sejlflod Apotek

apotek



QUICK

TIPS

BOXEN

LOTTO

Oddset

keno

POST

VI HAR DET HELE TIL DAGLIGDAGEN TÆT PÅ DIG...