



Gang

Vi vandrer som aldrig før. Corona-nedlukningen har fået folk til at sætte det lange ben foran og gå ud i naturen. På Bryggen opstår nye gå-fællesskaber.

SIDE 8



Kræft

En kræftdiagnose vender op og ned på tilværelsen. Men Henrik Tingleff fandt også et fristed og fællesskab i Mænds Mødested i Elefanthuset.

SIDE 10 og 11



Jagt

Mathias Vogdrup-Schmidt har skrevet det jagende folks egen ABC for jagt-jargon samt en jagthunde-guidebog.

SIDE 14

BRYGGEBLADET

3. DECEMBER 2020

28. ÅRGANG

NR. 20

Islands Brygges vartegn er ved at brase sammen

Udspringstårnet i Havneparken er træt og slidt og hænger synligt med næbbet. Forvaltningen går i gang med at genoprette den møre trækonstruktion efter nytår og garanterer, at tårnet bliver klar til badesæsonen



Tekst: Andreas Kirkeskov
Foto: Ricardo Ramirez
redaktion@bryggebladet.dk

Bjarke Ingels' ikoniske træårn i havnebadet har set bedre dage. Tårnet ser mest af alt ud, som om det selv lægger an til et hovedspring i det kolde vand, og store dele af træbeklædningen er faldet af og ligger som drivtømmer for foden af trappen.

Kultur- og Fritidsforvaltningen er opmærksom på tårnets tilstand og er i fuld gang med at planlægge en

renovering, der efter planen går i gang efter jul og gerne skulle være overstået, i god tid inden badesæsonen går i gang for ikke-vinterbadere.

Undervognsbehandling

Tårnet, som er en trækonstruktion bygget op omkring nogle stålpele, får et serviceeftersyn af dykkere hvert år, som tjekker efter for slitage, hærverk og løse ender. Forvaltningen har derfor været opmærksom på, at træværket var begyndt at se medtaget ud, og har haft en større renovering i tankerne et stykke tid. Særligt de sidste par års varme somre har givet travlhed i havnebadet, som har slidt ekstra på faciliteterne.

Kommunen er i dialog med en rådgiver, der laver en indvendig gennemgang af tårnet og udarbejder en slags tilstandsrapport, så man kan lave den endelige slagplan for renoveringen.

Udspringstårnet åbnede i 2002 samtidig med resten af havnebadet.

Det sammensunkne udspringstårn har mistet et par centimeter af sin højde.



Ring til mig hvis du vil have et personligt og nærværende boligsalg fra A-Z

David Lorentzen
Indehaver - Islands Brygge & Ørestad
Tlf. 70 254 264 - david@minbolighandel.dk

Jeg tilbyder

Fast lavt salær

og 100% Solgt ellers Gratis



Islands Brygge & Ørestad

DIN TANDLÆGE PÅ ISLANDS BRYGGE





Kigkurren 86, 1. sal, København S
+45 32 57 75 44 - islandsbrygge@tandlaegen.dk - tandlaegen.dk/islandsbrygge

RING 36 30 15 55

FOR EN GRATIS SALGSVURDERING



VI TILBYDER EN GRATIS OG UFORPLIGTENDE SALGSVURDERING

Skal du sælge på Bryggen - Så brug din lokale Estate-ejendomsmægler

Estate Islands Brygge - Eldrup & Bast
Islands Brygge 7
2300 København S
Telefon 3321 0004
Email 2301@estate.dk






Coronasommer gav klagerrekord for støj i Havneparken

Nedlukningen af nattelivet i sommermånederne medførte en eksplosion i antallet af sager om støj, og bødeblokken blev brugt flittigt

Tekst: Andreas Kirkeskov
Illustration: Peter Conrad Holgersen
reaktion@bryggebladet.dk

Naboerne til Havneparken har været plaget af larm

fra fest og fuldskab i sommermånederne i årevis. Men sommeren 2020 slog de foregående somre med længder. I hvert fald hvis man spørger politiet, der har modtaget næsten dob-

belt så mange anmeldelser om støj fra musik og spontane fester i Havneparken som i 2018 og 2019. Det viser en aktindsigt, som Bryggebladet har fået, i politiets registreringer af sa-

ger på Islands Brygge mellem 1. maj og 17. august de tre seneste år.

I alt 54 anmeldelser af drinkeri og musik til ulempe, uro, uorden og grov forstyrrelse af ro og orden løb det op i henover den forgangne sommer. Det er et stort spring fra de 29 anmeldelser, politiet modtog i 2019 og 28 den rekordvarme sommer i 2018. Stigningen skyldes ifølge politiet selv det nedlukkede natteliv, der fik festglade unge københavnere til at stimle sammen i byens parker.

Hammeren faldt

De mange anmeldelser samt en øget bevågenhed om problemerne i også de landsdækkende medier medvirkede til, at politiet var mere til stede på Bryggen end

normalt. Det kom til udtryk i antallet påbud og bøder, der blev givet til de støjende gæster. 50 gange blev der givet påbud til støjende parkbrugere, hvilket er en pæn måde at sige, at de blev beordret til at dæmpe sig. Ud af dem endte 22 med, at der blev udskrevet bøder på 1000 kroner. En enkelt gang måtte politiet ty til en beslaglæggelse af et musikanlæg.

Til sammenligning blev der i 2018 givet tre påbud og udskrevet én bøde for støjende adfærd. I 2019 blev det til fire påbud, men ingen bøder.

At antallet af sager er så markant højere end de to foregående år skyldes, at politiet den 10. juli besluttede at skrue bissen på overfor de støjende fester.

- I sommermånederne har vi haft ekstra fokus på

anmeldelser om høj musik. I langt de fleste tilfælde blev problemerne løst med dialog, men vi oplevede i en periode, at det var nødvendigt at gå mere håndfast til værks for at komme problemerne til livs. Det betød, at vores patruljer sprang dialogen over og med det samme udstedte et påbud. Blev det overtrådt, udskrev vi en bøde, og det er den tilgang, der afspejler sig i tallene.

Antal henvendelser om støj og musik til ulempe

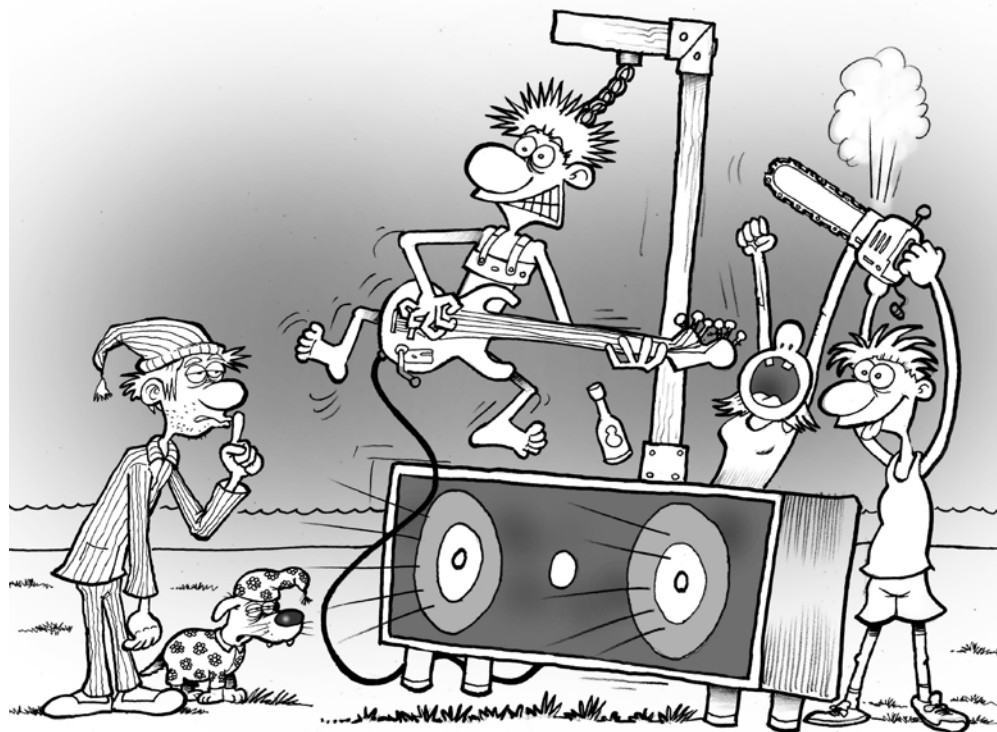
Kilde: Kbh. Politi

Periode	Antal henvendelser
2018	28
2019	29
2020	54

Antal påbud, bøder og beslaglagte lydanlæg i forbindelse med støj- og musik til ulempe

Kilde: Kbh. Politi

Periode	2018	2019	2020
Påbud til støjende parkbrugere	3 sager	4 sager	50 sager
Bøder på baggrund af støjgener	1 sag	-	22 sager
Beslaglagte lydanlæg	-	-	1 sag



Politiet fik usædvanligt mange anmeldelser om støj i Havneparken i sommers.

Ny støjstrategi skuffer naboer til Havneparken

Efter en heftig sommer med fest og farver i Havneparken giver Teknik- og Miljøforvaltningen nu deres bud på en strategi til et mere reguleret natteliv i byens parker. Men tiltagene i forslaget giver ikke Havneparkens naboer ro i sjælen

Tekst: Andreas Kirkeskov
redaktion@bryggebladet.dk

Forbud mod forstærket musik efter klokken 22 og bedre skiltning, der gør opmærksom på forbuddet, så politiet kan håndhæve det. Sådan kan Teknik- og Miljø-

forvaltningens bud på tiltag, der skal komme støjplagede naboer til blandt andet Havneparken på Islands Brygge til undsætning.

Men forstærket musik efter klokken 22 blev forbudt i Havneparken allerede i april 2018, hvor der også

blev sat nye skilte op for at give ordensmagten mulighed for at gribe ind. De nye forslag stiller altså ikke beboerne langs Havneparken anderledes. Faktisk er det på papiret et skridt tilbage, da det nye forslag vil forbyde forstærket musik mellem 22-07, hvor det gældende ordensreglement for Havneparken forbyder forstærket musik mellem 22-08.

De 'nye' tiltag kommer i forlængelse af et medlemsforslag, som SF stillede i Teknik- og Miljøudvalget den 17. august, om at forvaltningen skulle give deres bud på, hvordan man kan skabe mere tryghed og mindre støj og affald på en række hotspots i byen, heriblandt Havneparken. På den baggrund skal politikerne i udvalget nu blive enige om en strategi til, hvordan man får tøjlet støj- og skraldeproblematikken frem mod næste sommer.

Forvaltningens forslag til tiltag bliver mødt med hovedrysten blandt flere beboere på Bryggen. Blandt andre Bettina Hartmann, der har været en af frontkæmperne i kampen mod soundboxstøj, er uimponeret.

- Jeg er virkelig skuffet over dette forslag. Som jeg ser det, vil det på nogle punkter næsten gøre det

ringere at bo på Bryggen, skriver hun i et opslag på Facebook med henvisning til, at de nye tiltag de facto vil gøre det muligt at spille høj musik en time tidligere om morgenen.

Hun undrer sig over, hvorfor det overhovedet er tilladt at spille musik fra en soundbox i det offentlige rum til at begynde med:

- At vi skal udholde høj musik hele dagen, lige hvor vi bor, og ikke kunne få hjælp, hvis folk spiller efter klokken 22, vil jo stadig gå ud over vores velbefindende. Jeg forstår ikke, at soundboxe i gadebilledet er tilladt. Betyder det, at jeg kan øve mig på en trompet både dag og nat hvor som helst?

Dialog-ølbong

Indstillingen fra forvaltningen anbefaler også, at der allerede fra starten af foråret iværksættes en kommunikationskampagne, der skal målrettes parkens gæster. Forhåbningen er, at man med dialog kan opnå en adfærdændring. En strategi som Bettina Hartmann umiddelbart er positivt stemt overfor.

- Hvis det betyder nye og tydeligere skilte på Bryggen samt en kampagne mod støj i gaden hvert forår, så

vil vi da byde det velkommen. Jeg tror da trods alt, at en del gerne vil overholde reglerne.

Også Klaus Mygind (SF), der var medafsender på det oprindelige forslag om at lave en støjstrategi, er lunken over for forvaltningens bud på løsningsforslag.

- Jeg er heller ikke tilfreds med indstillingen.

Der skal være håndhævelse af musikforbuddet efter klokken 22, og jeg synes fortsat ikke, at der skal være forstærket musik ud over til arrangementer, skriver han på Facebook.

Det er hans forhåbning, at politikerne kan blive enige om en plan for, hvordan parken skal fungere, inden den 1. april.

FRAVALGTE FORSLAG:

- De foreslåede tiltag er udvalgt efter en længere dialog med blandt andet politiet, Team Sikker By og trækker også på borgere og foreninger i de berørte områder. En del forslag kom dog ikke igennem nåleøjet:
- Ændring af designet af Havneparken, så store grønne arealer droppes og erstattes af mere variation. *Er ikke medtaget da en byomdannelse indebærer en meget langstrakt proces, hvor andre perspektiver end de her nævnte kommer frem.*
- Alkoholfrie zoner *Er ikke medtaget, men kan indgå i en kommende restaurations- og nattelivsplan, hvis der er politisk ønske om det.*
- Forbyd ophold i parken fra eksempelvis klokken 23. *Meget indgribende, da ikke alle parkgæster larm. Vanskeligt at håndhæve i offentlige parker med mange indgange.*
- Tillad husbåde at lægge til langs kajen, så folk ikke kan bade og opholde sig der. *Kræver en ændring i lokalplanerne.*
- Installer sprinklere i lygtepælene, der tænder og vander plænerne med et fast interval, der besværliggør ophold efter klokken 22. *Ikke vurderet som en løsning, der kan anbefales på det foreliggende grundlag.*

Kilde: Teknik- og Miljøforvaltningen.

BRYGGEBLADET

Beboerhjørnet
Leifsgade 7 · 2300 København S
Telefon: 20 68 11 62 (hverdage mellem 9-16)
redaktion@bryggebladet.dk · annoncer@bryggebladet.dk
facebook.com/bryggebladetavis · bryggebladet.dk

Udgiver: Bryggebladet

Redaktør: Kenneth Dürr (bum), Andreas Kirkeskov (AK47) (ansv.)

Redaktion: Aleksander Thastum, Marianne Barfod (kisser), Vanessa Wolter, Jørgen Østergaard, Philip Thinggaard, Victoria Bloch Blytt Sandstad, Anne Kirstine Rasmussen, Hans Buhl

Fotos: Ricardo Ramirez og skribenterne i øvrigt

Webmaster: William Gauthier

Annoncer: Kenneth Dürr 60 60 91 16

DTP: Jens Bureau (supergreen.dk)

Korrektur: Asger Jeppesen(aj)

Administration: Karsten Poulsen

Tryk: Sjællandske Medier, Holbæk

Oplag: 9.700

Distribution: Freja Lind (ansv.)

Bladet omdeles: Islands Brygge, Ørestad Nord, Havneholmen, Kalvebod Brygge, KUA og sydspidsen af Christianshavn samt til butikker, cafeer, hoteller og kontorer i områderne.

Næste nummer udkommer: 16. december

Deadline: 10. december

Ny bro kræver miljøundersøgelse og dispensation fra Fælled-fredning

En planlagt cykel- og gangbro over havnen kræver VVM-undersøgelse, dispensation fra Fælled-fredning og bortskaffelse af tonsvis af havbundsmateriale fyldt med kviksølv

Tekst: Andreas Kirkeskov
Illustration: Dissing+Weitling og COWI
redaktion@bryggebladet.dk

Bunden af Københavns Havn har høje koncentrationer af kviksølv. Derfor er der stor sandsynlighed for, at Miljøstyrelsen vil kræve, at der skal opgraves og deponeres store mængder af forurenede materiale fra havbunden, når en ny cykel- og gangbro indenfor de kommende år bliver bygget mellem Teglholmen og området mellem Nokken og H/F Sønderbro.

De store jordmængder, der skal graves op, medfører, at der skal laves en miljøkonsekvensvurdering samt Natura 2000-screening og -konsekvensvurdering for at undersøge, hvordan broprojektet påvirker miljøet og dyrelivet i området. Derudover vil anlægget af broen kræve en dispensation fra fredningen af Amager Fælled. Det fremgår af en foranalyse af broprojektet, som Bryggebladet har fået aktindsigt i.

Fem modeller

Analysen fremlægger fem modeller med forskellige udformninger, brotyper og placeringer. Men groft forenklet skal man forestille sig en bro i samme størrelse og stil som Lille Langebro, der forbinder Teglholmen med Amager Fælled. Den kan enten starte ved bydelspladsen på Teglholmegade eller for enden af Teglholmegade og krydse havneløbet i enten en ret linje som Brygge-



broen eller en bueform som Lille Langebro.

Af de fem modeller anbefaler arkitektvirksomheden Dissing+Weitling og ingeniørrådgivningsvirksomheden COWI, der har udarbejdet rapporten, forslag to og fem, venter tommelfingeren ned til forslag et og fire og siger bob-bob til forslag tre.

Dyrt kviksølv

Uanset hvordan man placerer broen, skal der fjernes sediment med kviksølv fra havbunden. Bygger man broen længst mod syd, ud for Bydelspladsen, vurderes det, at bortskaffelsen af den megen materiale kommer

til at koste 25 millioner kroner. Vælger man en mere nordlig placering, ved Teglholmegade, kan man nøjes med en ekstraudgift på fem millioner kroner. Men under alle omstændigheder forventer COWI, at det vil kræve en såkaldt VVM-undersøgelse, der skal kaste lys over, hvordan projektet påvirker miljøet i området.

Uanset hvor på Amagersiden broen kommer til at lande, vil det kræve en dispensation fra Amager Fælled-fredningen.

Pengene på bordet

Der er endnu ikke afsat penge til selve projekteringen og byggeriet af broen, men

Der er fem forskellige placeringer i spil til den nye bro. Rådgiver og arkitekt anbefaler forslag to og fem.

det kommer på forhandlingsbordet, når der skal indgås forlig om budgettet for 2021. De fem forskellige modeller svinger gevaldigt i pris fra den dyreste model, der koster 187 millioner kroner til den billigste til 141,6 millioner.



Forslag to: 230 meter lang bro fra Bydelspladsen med kurvet forløb til Fælled og ét åbningsbart fag.



Forslag fem: 195 meter lang bro fra Teglholmegade med kurvet forløb til Fælled og ét åbningsbart fag.

IB4

MEETING & DINING

Nyd en privat middag eller en julemiddag i herskabelige omgivelser

Vi tilbyder 4-retters menu i aflukkede lokaler på 1. sal – ovenpå Restaurant Aristo – med udsigt over Havneparken og havneløbet

4-retters menu **495,-** (pr. person) fra 4 til 10 personer

Vi har fire aflukkede rum med plads til maksimum 10 personer i hvert rum



Læs mere på **IB4.dk** eller e-mail **lotte@ib4.dk**

IB4 Meeting & Dining · Islands Brygge 4, 1. Sal · IB4.dk

Alt i gulvafslibning og gulvbelægning

FALK GULVE
fra A-Z

Din lokale gulvmand
☎ 3110 4510
Se vores hjemmeside www.falk-gulve.dk



MOTORSHOP
AMAGERS ÆLDSTE VÆRKSTED

SERVICEVÆRKSTED

MALERVÆRKSTED · AIRCON SERVICE

SKADECENTER

OLIESKIFT · SPORING · BREMSER

KLARGØRING TIL SYN · M.M.

VERMLANDSGADE 53, 2300 KØBENHAVN

KONTAKT OS PÅ 52 820 820

Årets Julevin

2019 Le Caillou
Cotes de Rhone



Normalpris 149,-
Nu pr. fl.

99,-

Toft Vin

Islands Brygge 25. Tlf: 32 54 07 05

HAIR by DAHL

Book din tid på
hairbydahl.dk
lige ved Langebro

Islands Brygge 1 B · Tlf. 32 54 81 02 · hairbydahl.dk
Åbningstider: Man.: lukket · tirs., ons., fre.: 9.30-17.30 · Tors.: 9.30-19.00 · Lør.: 9.00-13.00

VI LAVER MÅSKE DANMARKS FLOTTESTE
PLANKEBORDE

Spiseborde · sofaborde · hylder · bogkasser
spækbrætter · bænke · småmøbler

Alt efter dine mål og ønsker

SEISTRUP

Isaffjordsgade 6 · Islands Brygge
Onsdag-fredag 15 - 17.30 Lørdag 11 - 15 eller efter aftale
Tlf. 20885588 · www.pseistrup.dk · pseistrup@gmail.com

National fremgang for biodiversiteten, men ikke på Fælleden

Et nyt stort forskningsprojekt fra Danmarks Naturfredningsforening viser, at der er fremgang for såkaldte almindelige arter i den bynære natur. Men ifølge naturvejleder og bryggebo Thomas Neumann er det svært at få øje på fremgangen på Amager Fælled, og han frygter, at byggeriet af Vejlands Kvarter vil gøre det endnu sværere for biodiversiteten

Tekst: Kenneth Dürr
Foto: Ricardo Ramirez
redaktion@bryggebladet.dk

– Jeg vil sige, at der er kommet lidt flere guldsmede på Fælleden de senere år. Så der må være nogle gode vandhuller til dem, siger bryggebo, klummeskribent og naturvejleder i Danmarks Naturfredningsforening Thomas Neumann og holder en kort og sjælden talepause, inden han fortsætter:

– Men ellers har jeg svært ved at se, hvilke af de almindelige arter der er kommet flere af på Fælleden de sidste par år.

Overraskende resultat

En ny undersøgelse fra netop Danmarks Naturfredningsforening viser ellers, at der generelt har været en fremgang for 30 af de såkaldte almindelige arter i den danske bynatur de seneste fem år. I det store forskningsprojekt Biodiversitet Nu er mere end 20.000 frivillige danskere kommet med over 500.000 observationer af almindelige arter som snoge, rød fluesvamp og gøgeurt. Og resultaterne er ifølge forskerne bag helt tydelige: Biodiversiteten er i fremgang på landsplan og især i den bynære natur. Naturen nær landbruget har dog ikke haft nogen fremgang, så biodiversitetskrisen er ikke helt afblæst.

– Resultatet er i første omgang overraskende og positivt. Vi hører ellers så meget negativt, når det handler om biodiversitet. Men her kan vi vise, at for vores almindelige arter nær byerne er der sket en fremgang. Vores data er ikke indsamlet af eksperter, men datamængden er så stor og analyserne så robuste, at uanset hvordan vi tester data og indregner usikkerheder, kommer vi frem til samme positive resultat, skriver Carsten Rahbek, professor i biodiversitet, leder af Center for Makroøkologi, Evolution og Klima på Københavns Universitet og ansvarlig for artdata i Pro-



jekt Biodiversitet Nu i en pressemeddelelse.

Det viser ifølge ham, at de biodiversitetstiltag, man har lavet i byerne, har virket. Han peger dog også på, at en stor del af udviklingen skyldes, at arterne er gode til at tilpasse sig de menneskeskabte vilkår, der er i byerne.

Hvor er haren?

Selvom forskningsprojektet Biodiversitet Nu kan

sige meget om udviklingen for de almindelige arter nationalt og regionalt, så kan den ikke sige noget om et så afgrænset område som Amager Fælled. Det kan Thomas Neumann til gengæld. Han understreger dog, at der blot er tale om hans vurderinger som naturvejleder, der har brugt mange, mange timer på Amager Fælled gennem årene. Og han har svært ved at se, at naturen skulle være i fremgang her.

– Jeg kan ikke huske, hvornår jeg sidst har set en hare ude på Fælleden. Tidligere så jeg dem af og til, men nu er de nærmest forsvundet. Ræven snupper selvfølgelig nogle af dem, men jeg tror også, at de mange løse hunde, der bliver luftet på Fælleden, er med til at skræmme haren væk, siger han.

En anden af de almindelige arter, som Thomas Neumann tror er i tilbagegang, er snogen. De har nemlig

Naturvejleder og bryggebo Thomas Neumann færdes ofte på Amager Fælled, men han har svært ved at se nogen særlig fremgang for naturen de seneste fem år.

ikke god nok adgang til mad.

– Kommunen gør et godt forsøg på at holde vandhullerne fri for pil, så padderne kan leve der, men det er en svær kamp. Det er også derfor, jeg tror, at snogen er i tilbagegang, for den lever jo af padderne, siger Thomas Neumann.

Han understreger, at naturen ikke altid bare skal passe sig selv, så det kræver lidt fra os mennesker og måske vores dyr, hvis vi vil hjælpe biodiversiteten på vej.

– Jeg vil sige, at køerne og nu også hestene ude på Fælleden gør et godt stykke naturarbejde, når de græsser og skider. Så jeg synes, der er en god udvikling i gang på den måde, siger han.

Pladsmangel

På den anden side er planerne om at bygge det helt nye Vejlands Kvarter på en del af Amager Fælled ikke noget, der falder i god jord hos naturvejlederen.

– Nogle af de helt store udfordringer for biodiversiteten er levesteder og plads. Så det siger sig selv, at det ikke er nogen vitaminindsprøjtning for naturen, at man fjerner et stykke af Amager Fælled og laver det til et bykvarter. Også selvom bydelen er bygget hovedsageligt af træ, siger Thomas Neumann.

Hos By & Havn, der står for etableringen af Vejlands Kvarter, mener kommunikationschef Kristian Wederkinck Olesen, at det selvfølgelig vil have konsekvenser for omgivelserne, at man bygger et nyt bykvarter,

men han peger også på, at de forsøger at tage mest muligt hensyn til Amager Fælleds natur i processen.

– Naturkvalitet er en af hjørnestenene i udviklingen af Vejlands Kvarter, og vi er netop nu i tæt dialog med biologer og andre natureksperter om, hvordan vi kan fastholde naturtyper som vådområder og krat i kvarteret og samtidig skabe nye og gode levevilkår for flora og fauna, for eksempel også ved hjælp af grønne tage og facader og i bydelens beplantede gårdrum, skriver han i en mail.

KORT OM BIODIVERSITET:

Hvad er biodiversitet?
Biodiversitet eller biologisk diversitet er kort sagt mangfoldighed af levende organismer. Det kan dække over flere forskellige former for biologisk diversitet, men for det meste menes der artsdiversitet, hvilket vil sige antallet af arter inden for et afgrænset område.

Hvorfor er biodiversitet vigtigt?
Der er en voksende bevidsthed om, at biodiversiteten på verdensplan og lokalt niveau er under pres på grund af menneskets aktiviteter som for eksempel landbrug, skovbrug, byudvikling, infrastruktur og industri. Ifølge Miljøstyrelsen estimeres det, at artsnedgangen går 100 til 1.000 gange hurtigere i dag, end den har gjort tidligere i menneskets historie.

Hvad kan man gøre for biodiversiteten?
Der er både internationale konventioner og tiltag på nationalt og EU-niveau, der skal beskytte biodiversiteten. Men meget tyder på, at det ikke er nok. Hvis man selv vil gøre noget for biodiversiteten, kan man for eksempel sætte vilde blomster på sin altan eller anlægge en dam i sit kolonihavehus.

DET SKER PÅ BRYGGEN

Hver måned er der begivenheder på Bryggen, der kan få dig til at grine eller græde. Begivenheder der gør dig klogere. Begivenheder for børn. Koncerter og udstillinger. Alt muligt. Læs her, hvad du ikke vil gå glip af i den kommende tid

Tekst: Kenneth Dürr
redaktion@bryggebladet.dk

Teaterkollektivet Cheer Extreme forsøger at fange danskernes drømme fra under coronanedlukningen i en drømmedebat og slippe dem fri igen som en forestilling i 2021.

DRØMME

Debat om drømme med blandt andre en arkitekt

Efter Danmark lukkede ned i foråret, samlede teaterkollektivet Cheer Extreme danskernes drømme om en ny hverdag. Nu skal drømmene debatteres to aftener i kulturhuset med vidt forskellige fagpersoner ved roret

Tekst: Kenneth Dürr
Foto: Cheer Extreme
redaktion@bryggebladet.dk

– Jeg vil opgive min karriere og være et hundrede procent mere sammen med min familie. Nedlukningen



gav mig en erkendelse af, at jeg er slave af ligegyldige materielle ting, og jeg tjener til et uigennemskueligt system og samfund, som kun smadrer jordkloden.

Sådan lyder en af de coronadrømme, som Teaterkollektivet Cheer Extreme modtog, da de den 5. juni satte et telt op i Havneparken, hvor folk kunne dele de drømme, som isolationen under coronanedlukningen havde skabt. Det er drømme, der peger hen mod en hverdag i et tættere samspil med naturen, nye samfundsformer og ønsker om at hoppe af det såkaldte hamsterhjul.

Fra drøm til virkelighed
Nu skal drømmene debatteres over to aftener i kulturhuset. Den første aften skal biolog Jesper Møller (med speciale i havskildpadderens vandring i Ghana) og

økonom Jesper Pedersen (med en fortid i Det Økonomiske Råds Sekretariat) styre debatten. Dagen efter er det standupkomikeren Morten Nielsen (der også er forskningsprofessor på Nationalmuseet) og arkitekt David Zahle, der tager roret. Begge aftener får de hjælp af designantropolog Laura Winge (der blandt andet arbejder med realisering af drømme). Det hele akkompagneres af akustisk musik udført af den islandske musiker Húgrún Fjóra.

Planen er, at alle de historier, der opstår under debatten, hvor drømmene realiseres skal blive til manuskriptet på en forestilling i 2021.

► Drømmedebat, Kulturhuset Islands Brygge, den 7. og 8. december klokken 19:30, fri entré

BRYGGENS OSTEOPATI

FÆRRE SMERTER
MERE BEVÆGELIGHED
STØRRE FYSISK FRIHED
BRYGGENS-OSTEOPATI.DK



Juleleg: Gå tur på Bryggen
for børn og voksne

JULEBOGSTAVJAGT
islands brygge

1. Find 19 RØDE JULEHJERTER med et tal (fx.3) eller et bogstav (fx.B) i butiksvinduerne rund om på Bryggen
2. Sammesæt de 19 bogstaver til en julesætning
3. Send en sms til 7141-4853 med # ordet og dit navn inden 24 december
4. Vind præmier fra Bryggens butikker

PS. Skriv på Bryggens Butikker hvis du mangler en ledetråde til et hjerte du ikke kan finde.

Tal eller Bogstav **JULEORDET ER:**

★ **Frisør Gabriela** ★

Jeg ønsker bryggeboerne en glædelig jul og godt nytår
Kærlig hilsen Gabriela

P.S.: Fra den 14. december serverer jeg gløgg til mine kunder – kig forbi!

Thorshavnsgade 2 · 26 83 83 88
mandag-fredag 11-17 og lørdag 10-14

Jul på Bryggen overgiver sig aldrig

I år har intet været, som det plejer. Det gælder også julen. Men selvom den årlige markedsdag i Bryggens butikker og det traditionelle juleoptog desværre er aflyst, bliver der stadig spredt julestemning i bydelen

Tekst: Andreas Kirkeskov
Foto: Ricardo Ramirez og
Andreas Kirkeskov
redaktion@bryggebladet.dk

I år bliver der ingen trængsel og alarm; myndighederne tillader det ikke. Det gældende forsamlingsforbud på mere end 10 personer betyder blandt andet, at Bryggens børn ikke kan stimle sammen på legepladsen i Gunløsgade for at vække

julemanden. Så vi må håbe, at han har et godt vækkeur.

Det traditionelle juleoptog med både børn og dyr fra BBU må vi også være foruden, selvom leder Lars Munkedal for sjov har leget med tanken om at melde optøget som en juledemonstration. Også Bryggens butikker holder igen med at planlægge særlige events og juleløjer i den kommende weekend.

Julen er død – julen længe leve

Så let kan Bryggen naturligvis ikke give op, og Handelsstandsforeningen har da også lagt hovederne i blød i gløgg for at finde på kreative og coronasikre måder at markere julen på.

Derfor bliver der på lørdag den 5 december holdt digital julebingo live på facebookside 'Bryggens



19 bogstaver på 16 julehjerter staver årets juleord.

Butikker' med mulighed for at vinde præmier fra mange af de lokale butikker. Det er både nemt og gratis. Hvis du vil spille med, henter du bare et par spilleplader – men højst to per person – på bingo.dk og printer dem ud. Du kan også hente dine plader hos en af de lokale butikker. Fra klokken 14 til 16 sidder nummerpigerne og -drengene klar på Tobis og trækker numre og udlodder præmier til de heldige vindere.

Bogstavjagt

Resten af december kan man gå på bogstavjagt i de 19 butikker, der har julehjerter i vinduet med bogstaver på. Tilsammen udgør de 16 bogstaver et hem-

meligt juleord. Og der er præmier på højkant til det bryggebarn eller den bryggebarnlige sjæl, der staver sig frem til det rigtige ord.

Pynt dig til en præmie

Med til den helt rigtige jule-

stemning hører naturligvis julepynt, og i år er der ekstra god grund til at give den fuld gas på julehjerterne, snelandskaberne, guirlanderne og lyskæderne. I år vil Sparekassen Sjælland-Fyn nemlig kåre det flotteste og mest julede butiksvindue på Bryggen. Og her er der ikke noget, der hedder 'less is more'; den skal have fuld skrall!

Har du Bryggens flotteste vindue? Så send et foto og navnet på butikken til lsi@spks.dk inden den 14. december, så er du med i konkurrencen om en flot gave. Vinderen bliver offentliggjort i årets sidste nummer af Bryggebladet, der udkommer den 16. december.



Egils Deli ligger lunt i svinget til julepyntskonkurrencen med deres speciallavede Brygge-julekugler. Men de andre butikker har stadig tid til at overgå dem i gran og dekorationsler.



Der er julebingo live fra Tobis Café på lørdag fra klokken 14. Det foregår på facebookside Bryggens Butikker.

Sjælen er i fortiden

Frk. Himmelblå er en nyåbnet genbrugsbutik med alle hyldecimeter udnyttet til det sidste. Kælderrummet er lille, men til gengæld er hjerterummet stort i Frk. Himmelblås charmerende kræmmergemakker i Gunløgsgade



Tekst: Philip Thinggaard
Foto: Ricardo Ramirez
redaktion@bryggebladet.dk

Butiksdøren står på vid gab på en råkold vinterlørdag. Alligevel ser kræmmer Annbritt Pedersen på ingen måde ud til at fryse, iført

varm imødekommenhed og en rar, sort flyverdragt. Hen over brystet på flyverdragten er der indsyet et logo med rockbandet KISS. Fra lynlåsen hænger der en lillebitte raket og dingler. Det er den ikoniske rød-hvidterne raket fra tegneserien Tintin, og hvis man er kreativ, kan den bruges som håndtag til en lynlås.

Farveorden

– Nogle af mine forældres venner gav mig navnet Frøken Himmelblå, fordi jeg altid gik og sang den melodi, siger Annbritt Pedersen og synger straks et par linjer fra den kække sang "Lille Frøken Himmelblå", som Dirch Passer og Gitte Hæning udødeliggjorde i 1962. Den handler om at sætte farver på livet, hvis det bli-

Et hjørne af den gamle verden. Annbritt Pedersen sælger genbrugsguld under navnet Frk. Himmelblå.

ver for gråt en gang imellem. Og om at sætte "den skæve hat lidt på skrå".

De skrå tanker

Annbritt Pedersen udfordrer til skrå tankegang med en lille gætteleg. Da Frk. Himmelblå pludselig sætter en særlig japansk dims frem på butiksdisken, er de to kunder i butikken pludselig hensat til det klassiske Piet van Deurs-program "Hvad er det?" Det er en spilledåse med en aflang plade i midten, der kan trykkes ned ligesom en køkkenvægt. Det kan enhver se.

– Men hvad kan den bruges til? spørger Annbritt Pedersen og finder straks et lille telefonrør af de gamle frem og lægger det hen over pladen på spilledåsen. Vægten fra røret sætter spilledåsen i gang og – vupti! – så er der ventemusik til personen i den anden ende af røret. Annbritt runder det lille nummer af med skifte det gamle telefonrør ud med sin moderne smartphone med samme ventemusikeffekt.

Snert af OCD

Men en skæv og skrå tankegang kan ikke gøre det alene. En lille butik som Frk.

Lørdag 5. december
I Butikkerne 10-15
Live bingo
kl.14 - ca.16

JUL PÅ BRYGGEN

Lørdag den 5. december fra 10
Gå en tur på Bryggen. Besøg de lokale butikker på Bryggen der har julestemning, julehygge og juletilbud

LIVE JULEBINGO

Gratis bingo
5. december kl. 14 til ca. 16

- Vind: Præmier fra de lokale butikker
- Hvordan: Vi sender live fra Bryggens Butikkers facebookside, direkte fra Tobis kl. 14
- Plader: Print fra www.bingoplader.dk eller hent hos en af de lokale butikker. Max 2 plader pr. person.

Himmelblå kræver ekstrem orden. Især hvis al plads ned til mindste frimærke er afsat til drikkeglas og kaffedåser, legetøj og julepynt, lysestager og læderstøvlér. Der er ingen tvivl om, hvilket ordensprincip Frøken Himmelblå foretrækker, nemlig farvekoden.

– Jeg er meget farverig, siger Annbritt Pedersen og tilføjer straks:

– Med en snert af OCD.

Hun viser sin sirlige farveorden frem. Først det ravfarvede hjørne, så det orange og gule, videre over i rød og julefarver, de klare farver med masser af glas. Og til sidst favorithjørnet, det blå.

Altid kræmmer

Annbritt Pedersen er født i 1967 og beskriver sig selv som en person, der altid har været kræmmer.

– Siden jeg flyttede hjemmefra, har jeg købt genbrug, siger hun og tilføjer:

– Jeg køber kun nye ting, hvis det er strengt nødvendigt.

Hun har haft boder på loppemarkeder i årtier og havde tidligere en børnetøjsbutik i Sydhavnen. For nylig kom muligheden for at åbne butik på Islands Brygge, og Annbritt Pedersen greb fluks muligheden for at forene hobby, passion og en smule ekstra indtægt ved siden af SOSU-jobbet.

– Det skal bare løbe

rundt, så jeg kan betale husleje, lyder målsætningen.

Gammel dame indeni

Annbritt Pedersen elsker både gamle ting og gamle mennesker. Hun har arbejdet med dem i 35 år.

– Og det vil jeg fortsætte med. Der bor en gammel dame inden i mig, siger hun og giver et par eksempler på, hvordan ting fra gamle dage er mere end bare gammelt lort.

– De ældre kan godt lide gamle ting. Jeg er god til demente og hjælper dem med at holde fast i det positive, fortsætter hun og beskriver, hvordan hun dækker julebord på det plejehjem, hvor hun arbejder.

Ved synet af glas, tallerkener og bestik fra gamle dage bliver de ældre, ifølge Annbritt Pedersen, "helt vilde og glade".

Alt har en historie

Mens den friske kolde luft sniger sig ind i butikken og lufter godt ud, kører der amerikansk julemusik i baggrunden. Stemningen får Annbritt Pedersen til at nævne endnu en af sine mange sideinteresser.

– Jeg er kommet i amerikansk bilmiljøet i de sidste ti år, fortæller hun, hvilket forklarer hangen til flotte brandy-glas og whiskey-glas med logoer på.

– Alt herinde har en historie, pointerer hun og får også

lige nævnt, at hun arbejder som barpige til Oktoberfest. Hun går nok engang over i det blå favorithjørne og peger op på et par blå porcelæns-hunde, formentlig af thailandsk oprindelse. De troner højt på øverste hylde og nærmest hvæser ned over de blå glas, de blå sukkerskåle og de blå lysestager.

– De er jo hammergrimme, de hunde, indrømmer hun.

Men hele pointen med farveordenen er, at selv fæle porcelæns-hunde kan indgå i farveharmonien.

Passer på pengene med stil

Som nævnt er Frk. Himmelblå ikke tænkt som en overskudsforretning, og Annbritt Pedersen sigter da også kun efter en beskedent plovmand i kassen om dagen. Men også håndører fortjener at blive opbevaret med stil. Hun trykker på en knap på det gamle kasseapparat fra 1950'erne af mærket Regna. "Kaching!" lyder det med en efterklang, der fortsætter i mange sekunder, efter pengebakken er spyttet ud. Det kan nærmest høres helt ude i Sydhavnen, hvorfra kasseapparatet stammer.

– Der var en gammel urmager derude, der lukkede, siger Frk. Himmelblå. På siden af Regna-apparatet hænger et klistermærke med QR-kode og butikkens MobilePay-nummer.

KUNSTHÅNDVÆRK PÅ BRYGGEN



GURLI ELBÆKGAARD
keramik

ULRIKE RAMIN
MICHALA EKEN
smykker



Thorshavns-gade 12, kld. / Åbningstider: tir.-fre. 11-17.30 lør. 10-14
www.formverk.dk / mail@formverk.dk / Tlf 8838 5981

GODE JULEGAVE-IDEER

INDRAM
DINE KÆRE
TIL JUL

F.eks. dine børns
skolefoto

Accent & Scandic Skifterammer i træ & Alu Mål i cm (Glasmaal)	Træ Eg	Træ Sort / Hvid	Alu Sort	Alu Hvid
10 x 15	88	79	55	55
13 x 18	99	89	64	64
15 x 15			80	
15 x 20			70	70
15 x 21 A5	107	94	80	80
18 x 24	123	107	80	80
20 x 30			90	90
21 x 29,7 A4	131	99	86	86
24 x 30	161	128	90	90
30 x 30	176	126	120	120
29,7 x 42 A3	209	147	140	140
30 x 40	209	147	120	120
40 x 40	259	185	220	
40 x 50	264	191	140	140
50 x 50	316	219	200	200
42 x 59,4 A2	319	215	280	
40 x 60	307	215	200	200
50 x 50	316	199	200	200
50 x 60			196	196
50 x 70	374	243	210	210
59,4 x 84,1 A1	455	323	370	
60 x 80	432	296	260	260
70 x 70			325	325
61 x 91,5	519	376	390	
70 x 100	597	448	320	320

GALLERI KJÆRULFF
Oliefbladsgade 5, 2300 Kbh. S. Tlf. 32 59 00 88
Åbningstider: Mandag - fredag 8.00 - 17.00.
Lørdag 10.00 - 14.00.
GOD PARKERING VED FORRETNING

MAD TIL JULEAFTEN

Julemad ud af huset – levering eller afhentning på Bryggens Spisehus.
Vi har sammensat en lækker julemenu, som du nemt og hurtigt kan servere for dine gæster.
Bestil på 27836223 eller på jul@bryggens.dk



Julemenuen

- Sprødstegt berberiandebryst
- Confiteret andelår med jule krydderier
- Hjemmelavet syltet rødkål
- Brunede og hvidekartofler
- Brun sovs

Dessert:

- Ris a la mande med kirsebær sauce og karamelliserede mandler

Du kan vælge imellem:

2 retter (hovedret og dessert) 220 kr.

Tilvalg:

Sprødstegt dansk svinekam 50 kr. pr. kuvert.

Tilvalg:

Lakse rilette med varmrøget laks, sylt æbler og dild. dertil vores koldhævet surdejsbrød og økologisk smør 50 kr. pr. kuvert.

Vi anbefaler denne "julevin" Santodeno, 100% Sangiovese fra Emilia Romagna, Italien 195 kr.

Levering 50 kr. eller afhentning efter aftale.

Levering d. 22, 23 og 24 dec.: Sidste bestillingsfrist er d. 22/12 kl. 12:00

(med forbehold for udsolgt)

Skal bestilles til min. 2 personer. Alt er tilberedt, du skal blot varme og anrette maden.

Der medfølger en specifik anvisning om opvarmning af maden.

Vi bringer gratis ud til pensionister på Bryggen.

Facebook-opslag gjorde Jeannie og Frederik til gå-makkere

En ny undersøgelse viser, at flere er begyndt at gå under coronanedlukningen. To af dem er bryggeboerne Frederik Frydenberg og Jeannie Mortensen, der ikke kendte hinanden, før et Facebook-opslag førte dem sammen for et par uger siden. Nu går de en tur sammen næsten hver dag. Det er både for motionen, for at få ro og for at komme ud af døren i en svær tid

Tekst: Kenneth Dürr
Foto: Ricardo Ramirez
redaktion@bryggebladet.dk

– Er rimelig ny på Bryggen og kender ikke så mange. Så tænkte på, om nogen var klar på en gåtur en af dagene?

Sådan starter Frederik Frydenbergs opslag i Facebook-gruppen Opslagstavlen på Islands Brygge for nogle uger siden. Og responsen har været meget positiv med masser kommentarer fra bryggeboere, der synes, det var en god idé. Der er endda også en fem til seks stykker, der har været ude på en gåtur med Frederik Frydenberg.

– Folk har taget utrolig godt imod det, især Jeannie. Vi er stort set ude for at gå hver morgen i hverdagene, siger han.

Hans faste gå-makker, Jeannie Mortensen, var i forvejen ude for at gå tur med hunden Chili dagligt, og hun kunne godt bruge en af gå med for at gøre det mere hyggeligt.

Coronaturbo

De er ikke de eneste, der er begyndt at gå mere under coronanedlukningen. En ny undersøgelse foretaget af Bevæg Dig for Livet, der er et samarbejde mellem DGI, DIF, Nordea-fonden og TrykFonden, viser nemlig, at blandt i forvejen aktive



borgere har 54 procent dyrket motion i form af gåture i 2020. I 2019 var tallet 42 procent.

– Corona har virkelig sat turbo på en udvikling, der allerede var undervejs. For delen ved outdoor-idræt er, at det er meget let og fleksibelt, hvilket især er et plus for den voksne målgruppe, skriver formand for DGI Charlotte Bach Thomassen i en pressemeddelelse.

Det er ikke kun gåture, der har fået et nyk opad under coronarestriktionerne. Generelt er udendørstræning blandt i forvejen aktive personer blevet et hit. I un-

dersøgelsen svarer hele 84 procent, at de har været aktive i naturen i 2020. Sidste år var det 71 procent, der havde brugt naturen aktivt.

Totale modsætninger

Det er også til dels coronanedlukningen, der har ført de to bryggeboere sammen. Frederik Frydenberg havde været igennem en svær periode med stresssygemelding og en kæreste, der gik fra ham. Det resulterede i, at han i en periode boede ved nogle venner, indtil han fandt et værelse på Bryggen og en praktikplads inde i

byen. Men så kom coronaneden, og praktikpladsen forsvandt.

– Så boede jeg i en ny bydel, hvor jeg ikke kendte nogen og ikke skulle noget. Samtidig har jeg sukker-syge, så jeg er i en særlig risikogruppe i forhold til corona, så jeg vil helst ikke deltage i indendørsaktiviteter, siger han.

Derfor lavede han opslaget i Facebook-gruppen. Jeannie Mortensen blev også ramt indirekte, da coronanedlukningen startede i marts. Hun lever som selvstændig med at arrangere koncerter og events, så da

Stort set hver dag

går Jeannie Mortensen og Frederik Frydenberg en morgentur sammen. Den ene for at geare lidt ned, den anden for at geare lidt op.

landet blev lukket ned på grund af corona, var hendes kalender næsten tom. Og det passede ikke Jeannie Mortensen, der 'plejer at have gang i tusind ting'.

– Jeg og Frederik er de totale modsætninger. Jeg er vild, og han er rolig, så vi mødes på midten. Jeg bruger gåturen til at holde mig i form og få lidt mere ro på, siger hun, inden Frederik Frydenberg fortsætter:

– Og jeg bruger dem til at komme op om morgenen.

Vinteren kommer

Spørgsmålet er så, om de nye vandrere vil fortsætte med at gå, selv om det bliver vinter, og når vi engang forhåbentlig er kommet på den anden side af coronarestriktionerne.

– Vi er nødt til at arbejde med rammerne, hvis vi skal fastholde det store momentum, der er lige nu. Vi går en koldere tid i møde, hvor der fra kommunernes side er behov for både at etablere

for eksempel stier og ruter i naturen og steder, hvor man kan samles om aktiviteten udendørs, skriver næstformand i DIF Thomas Bach i en pressemeddelelse.

I Københavns Kommunes Teknik- og Miljøforvaltning har de allerede planer om at etablere et såkaldt uformelt støttepunkt for naturoplevelser og friluftsliv langs vandet lidt nord for Havneslusen i slutningen af 2021 i forbindelse med Naturpark Amager. Det skulle ifølge forvaltningen også være til glæde for vandrere.

Der etableres blandt andet toilet, madpakkehus, vandpost, flydebro og opholdssteder ved vandet samt en trappe op til toppen af støjvolden, hvor der er stiforbindelse videre ind mod Amager Fælled.

Varmt tøj

De to gåmakkere på Bryggen har dog ingen planer om at stoppe med at gå ture dagligt, selv når temperaturen nærmer sig frysepunktet.

– Det generer ikke mig, at det bliver lidt koldere, og jeg er sikker på, at Jeannie alligevel skal gå tur med hunden, så vi fortsætter, siger Frederik Frydenberg, og Jeannie Mortensen bakker sin makker op:

– Vejret betyder jo ingenting, så længe man er klædt ordentlig på.

Gode råd til vinterturen

Solveig Willum er uddannet journalist og holder foredrag om vandring og friluftsliv. Derudover arbejder hun i en friluftsboutik. Hun har fem gode råd, hvis man vil prøve kræfter med at vandre i vinterhalvåret.

1. Hold dig varm og tør: Pak dig ind flere lag, så du kan skrue op og ned for varmen. Uld inderst er både behageligt og praktisk, og en varm syge og handsker er alfa og omega. Det er svært at nyde udsigten, hvis man går og tænker på sine kolde, våde tæer.
2. Nødproviant: Husk ekstra velsmagende kalorier til undervejs. Meget kan reddes med en halv plade chokolade på det rigtige tidspunkt. En termokande med saft eller kakao kan også gøre underværker.
3. Plan B: Tænk over, hvad du vil gøre, hvis din første plan går i vasken. Det er meget nemmere at træffe gode beslutninger, når man sidder inde i varmen, end når man er

gået forkert, der er gået hul i gummistøvlen, og den sidste chokolade er spist.

4. Husk strøm: Hvis du bruger din telefon til at navigere efter, skal du være opmærksom på, at nogle batterier aflader hurtigere i kulden. Tag

eventuelt en powerbank med.

5. Frygt ikke: Der er ingen grund til at være bange for at fare vild. I Danmark er man aldrig længere væk, end at man kan komme hjem igen på et par timer.

Foto: Privat.



Sundhedsfordele ved at gå

Bente Klarlund er overlæge og en af de mest benyttede foredragsholdere om sundhed. Hun er også forfatter til Gå-bogen. Hun kan derfor fortælle om de vigtigste sundhedsfordele ved at gå.

Hvad er de umiddelbare sundhedsfordele ved at gå?

– Det er vigtigt at gå af mange årsager. Når du går, nedsætter du din risiko for 35 forskellige sygdomme herunder kræft, demens og hjertesygdom. Er du syg, kan du i nogle tilfælde gå dig rask. Gåture er også et middel mod depression, stress og angst. I snit kan en 30-årig kvinde, der ikke bevæger sig i det daglige, regne med at leve godt fire et halvt år længere, hvis hun begynder at gå 30 minutter hver dag. For en mand er gevinsten 3 år.

Hvor langt og hvor ofte skal man gå for at få fordelene?

– Jo mere vi går, jo større sundhedsfordele. Sæt mindst 30 minutter af til motion hver dag. Sidder du ned i mere end otte timer, skal du afsætte 60 minutter hver dag, hvor du som minimum er moderat aktiv,



Foto: Les Klaner.

kvenser kan det få, hvis man går meget lidt?

– Jeg er leder af Center for Aktiv Sundhed, som er et stort forskningscenter på Rigshospitalet. På centeret udførte vi engang et forsøg, hvor raske, unge mandlige forsøgspersoner, der normalt gik 10.000 skridt dagligt, kun måtte gå 1.500 skridt om dagen. I løbet af de 14 dage forsøget varede, faldt konditionen. De tabte 1,2 kilo muskelmasse. En scanning viste samtidig, at de havde fået mere af det farlige fedt omkring de indre organer. Samtidig fik de mere fedt i blodet, fordi musklernes evne til at forbrænde fedt var markant nedsat. De udviklede også forstadier til type 2-diabetes. De unge mænd blev sure og irritable, og deres koncentrationsevne blev dårligere. Resultaterne fra studiet viste, at bare 14 dages inaktivitet øger risikoen for kroniske livsstilsygdomme, for eksempel hjertesygdom og type 2-diabetes.

det vil sige går en tur i rask tempo, alternativt løber i 30 minutter. Hvis du er helt inaktiv, vil du dog også få en sundhedsfordel, hvis du blot begynder at gå 15-20 minutter om dagen.

Hvilke sundhedskonse-



Kulturhuset Islands Brygge



1.12 - 2.1

Ny udstilling i Hvid Boks:

Xenomorph af Marina Rubini Rordam. Zero waste' collager med bizarre billeder og dristige budskaber.

Åben hver dag kl. 9 - 22

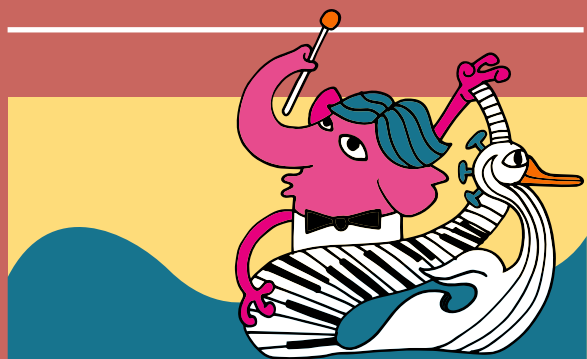
Fri entré



3.12 kl. 20.30

Lamas Impro Juleshow

Forsalg: 60 kr. / I døren: 80 kr.



5.12 kl. 9.30 / kl. 10 (udsolgt)
kl. 10.30

Klassiske juleminikonserter for små lyttere

med violinist Bettina Marie Mirai Ezaki og cellist Nicole Hogstrand.

For 0 - 5 år

Entré: 40 kr. pr. person

VI GLÆDER OS TIL
AT SE DIG!

KLIMA OG ØKOLOGISK NØDSITUATION

HVAD KAN VI GØRE VED DET?

5.12 kl. 14

Debat: Klima og Økologisk Nødsituation: hvad kan vi gøre ved det?

Arrangør: Extinction Rebellion Danmark

Fri entré



16.12 kl. 17 - 18

Rådgivning v. psykolog Annemarie Schrøder og jurist Grethe Theilgaard

Gratis



16.12

Den Syngende Lussing - Improteater

Entré: 50 kr.



18.12 & 19.12

Blast!

40 års Jubilæumskoncert

Forsalg: 285 kr. + gebyr

I døren: 320 kr.



19.12 kl. 13

Releasekoncert: Jorden rundt med Malene Kjærgård

Dansevenlig jazzmusik for børn!

Entré: 90 kr.



8.1 + 9.1 kl. 20 & kl. 21

The Bowie Tribute (udsolgt)

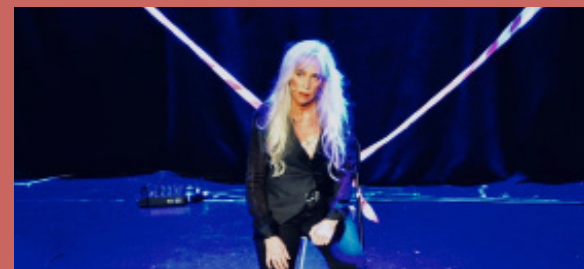
Forsalg: 195 kr. / I døren: 220 kr.



16.1 kl. 20

The Taxmen / TB Williams and his Countrymen

Forsalg: 70 kr. / Studerende: 40 kr.



28.1 kl. 19.30

Coronakriger - 20 v. Susan Ørum og Tom Lindby

Forsalg: 100 kr. / I døren: 120 kr.



Se mere / Køb billet på Kulturhusetislandsbrygge.dk

“Vi ved, hvad det kan ende med”

Nogle kan snart se en ende på kræftpakkens mange tilbud og forløb. For andre er det livet, der nærmer sig sin afslutning, når den triste besked kommer om, at der ikke er mere at stille op. I Mænds Mødested i Elefanthuset mødes mænd i alle aldre med alle kræftformer og i alle sygdomsstadier over fisketure, værkstedshumor og svære samtaler

Tekst: Andreas Kirkeskov
Foto: Ricardo Ramirez
redaktion@bryggebladet.dk

– Vi ved, at vi har kræft. Og kræft dræber. Det er ikke noget, man går og tænker over eller taler om hele tiden. Men pludselig rammer det, når så vi mister nogen. Det er hårdt, når man kommer herved, og en af kammeraterne ikke er her mere, fortæller Henrik Tingleff på 65.

Han var med til at starte Mænds Mødested i Elefanthuset, som er et tilbud for kræftramte mænd i Københavns Kommune, som åbnede i 2017, og han har været en del af huset lige siden. Både som frivillig i huset, hvor der bliver arrangeret alt fra foredrag, fysisk træning, fisketure og fællesspisning og som stifter af den støtteforening, der hjælper med at samle økonomiske bidrag ind til husets aktiviteter. Men han kommer også i huset som bruger.

Rammer naboen

Henrik Tingleff tilhører nemlig selv den tredjedel af den danske befolkning, der har blevet præsenteret for en kræftdiagnose.

– Da jeg blev 61, fik jeg tilsendt en afføringsprøve, som man gør, når man når den alder. Jeg tænkte, at jeg hellere måtte få den sendt afsted, men tænkte ikke som sådan mere over det. ‘Det er jo nok naboen, det rammer’, tænker man jo, erindrer han.

Henrik Tingleff var netop vendt tilbage til sit job som kontorchef i Ishøj Kommune efter en længere stress-sygemelding. En voldsom omgang hvor han blev hentet i ambulance og indlagt på Rigshospitalet. Men nu lysnede det i horisonten. Henrik Tingleff gik fra deltid til fuldtid, og han og konen havde netop bestilt en vinterferie til Fuerteventura, da testresultaterne kom.

Der var blod i prøven, og Henrik Tingleff blev kaldt ind på Hvidovre Hospital til flere undersøgelser og en nedslående samtale.

– Lægen sagde, at han havde en god og en dårlig nyhed. Den dårlige var, at jeg havde tarmkræft. Nå. Og den gode var, at jeg skulle opereres om 14 dage. Okay, genfortæller Henrik Tingleff og smager på ordene, som hørte han dem selv for første gang.

– Det var to chok på en gang. Det var surrealistisk. At det skulle overgå mig. Jeg havde slet ikke tænkt på, at jeg kunne være disponeret for det. Det var meget overvældende. Og en operation om 14 dage... Det kan jeg da ikke. Jeg skal jo ud og rejse.

Det skulle Henrik Tingleff selvsagt ikke. Når kræftpakken først går i gang, så går tingene stærkt, og kræftlægen på Hvidovre Hospital anbefalede på det kraftigste, at han tog imod tilbuddet om en snarlig operation. Vinterferien blev aflyst. Ikke nok med det fik hans arbejdsgiver nok af, at han nu skulle sygemeldes igen. Han fik et

tilbud, han ikke kunne sige nej til. En senioraftale; take it or leave it.

– Noget af et ultimatum efter tyve års tjeneste, sukker Henrik Tingleff, der gik på efterløn, da han fyldte 62.

Fifty-fifty

Tarmkræft er en af de seks kræftformer, der hyppigst rammer mænd, og ifølge den nordiske cancerdatabase NORDCAN overlever 64 procent af alle patienter med tyk- og endetarmskræft i mere end fem år.

– Da jeg fik diagnosen, kunne de ikke sige, hvor alvorligt det var. Først da jeg vågnede op fra operationen, vidste jeg besked om omfanget af min kræft. Lægerne er jo heldigvis gode til den slags, og overlevelsescapaciteten er nogenlunde for min kræftform. Halvdelen overlever, og den anden halvdel gør ikke. Så det er et spørgsmål om, hvilken side af stregen man er på, fortæller Henrik Tingleff og tilføjer:

– Det var en tanke, jeg skulle vænne mig til.

Føler du, at du er sluppet billigt?

– Ja, ind imellem, siger Henrik Tingleff, men trækker meget på det.

– Jeg er jo glad for, at lægerne bliver dygtigere, kan opdage sygdom hurtigere og bliver bedre til at helbrede.

Diagnosen er naturligvis kun begyndelsen, og Henrik Tingleff blev opereret i marts 2017.

– De nappede 30 centimeter af endetarmen. Det giver selvfølgelig nogle andre ulemper i dagligdagen, men det er også en del af prisen, og det er bedre end alternativet, forklarer han og tilføjer:

– Min kone Laila Dahl var en fantastisk støtte både før og efter operationen. Hun tog fri fra sin frisørsalon for at vi kunne være sammen under en del af min rekonvalescens. Vi lånte min svingerindes sommerhus og gik lange ture med vores hund. Vi har ofte talt om, at de pårørende til kræftpatienter bliver overset af både systemet og familien, da det er patienten der er fokus på. Med god grund. Men den pårørende står alene tilbage.

I dag er der gået næsten fire år siden operationen, og Henrik Tingleff har været til løbende kontrol og undersøgelser hvert år. Indtil videre har de ikke vist noget alarmerende, og det betyder, at han kun har ét år tilbage af sit fem-årige kræftforløb.

Er du så helbredt?

– I teorien. Men: Er du først ramt af kræft, så er du ramt for evigt. Den sidder hele tiden i baghovedet. Hvis jeg kunne blive ramt én gang, hvorfor skulle det så ikke kunne ske igen?

Kræftfrænder

I forbindelse med sin kræftpakke blev Henrik Tingleff henvist til Center for Kræft og Sundhed, der ligger i De Gamles By på Nørrebro. Her fik han blandt andet rådgivning til sit nye liv som kræftpatient, fysisk træning og kostvejledning.

– Flere fibre, mindre kød, mindre sovs, mere grønt, opremser han.

Han blev også gjort opmærksom på et nyt projekt, der var i støbeskeen i det smukke gamle kapel i De Gamles By, der på det tidspunkt gennemgik en om-

Henrik Tingleff

har været en del af Mænds Mødested i Elefanthuset siden dets åbning i 2017 og er initiativtager til husets støtteforening.



fattende transformation fra blot at blive brugt til opbevaring og arkiv til at blive et levende hus og værested for kræftramte mænd. Mænds Mødested i Elefanthuset.

– Da jeg hørte om huset og mødestedet første gang, tænkte jeg ikke umiddelbart, at det ville være noget for mig. Det var ikke det, jeg forestillede mig, at min fritid skulle bruges på, erindrer han, men fortsætter:

– Men omvendt havde jeg også en masse tanker ovenpå operationen og forløbet og brugte centret og dets medarbejdere meget. Gennem dem blev jeg stille og roligt mere aktiv i centret og i ‘Mænds Mødested’.

Han var blandt andet med til at udforme vedtægterne i samarbejde med Københavns Kommune. Også selve indretningen af huset kom han indover.

– Da vi flyttede ind, var her ingenting. Der var en gruppe der stod for det store arbejde med at møblere og indrette huset.

Daværende overborgmester Frank Jensen (S) klippede snoren over til den gennemrenoverede og senere arkitekturprisvindende bygning i 2017. Mænds Mødested i Elefanthuset var en realitet.

Kvinder non grata

– Mænd snakker ikke på samme måde som kvinder,

og de snakker måske også om andre emner. Og generelt er mænd meget dårlige til at komme ud. Især mænd der er alene, siger Henrik Tingleff om baggrunden for mødestedet og tilføjer:

– Kommunen fandt ud af, at der var mange tilbud til kvinder, og at kvinder generelt er bedre til at komme ud end mænd og bedre til at socialisere, snakke sammen og være fælles om ting, og at det derfor kunne være en god idé at lave et sted kun for mænd.

Med undtagelse af en studiegruppe, der på et tidspunkt fik lov til at komme forbi og observere husets aktiviteter, har ingen kvinder sat deres ben i huset. Det er for mænd.

– Det betyder ikke, at vi sidder og ser porno, og her er hverken tobak eller alkohol, griner Henrik Tingleff og fortsætter:

– Jeg tror at det er vigtigt for integriteten, at vi kan være mænd uden at skulle tage hensyn til det andet køn. Det ville man gøre, hvis her var kvinder. Jargonen ville være en anden og måske også aktiviteterne. Ville her være et værksted med fræsemaskiner og boremaskiner? Hvad skulle kvinderne lave, og hvor skulle de være med deres sysler?

Elefanthuset eksisterer og fungerer 100 procent på mændenes præmisser.





Elefanthuset har blandt andet sit eget værksted, hvor handy mænd kan nørkle med gør-det-selv-projekter.



I Mænds Mødested er der plads til de svære samtaler, når de trænger sig på, men også til hygge og mandehørm.

– Her er man fri. Man er også fri hjemmefra. Mange ser det som et åndehul, hvor de kan komme og være alene med deres tanker eller dele dem, hvis de vil. Det er der forståelse for. Der er noget på væggene her, som ikke er andre steder.

Ronkedorkor

I husets første tid var der i omegnen af 18 brugere. Det tal er kun steget i de sidste år.

– I dag har vi 70-80 mænd tilknyttet huset. På en god onsdag kan der godt komme 10-15 stykker herved og spise, synge, træne eller bare snakke sammen, fortæller Henrik Tingleff om de mange forskellige aktivi-

teter, Elefanthuset tilbyder.

Han nævner i flæng Ronkedor-koret, filmklubben Dumbo og et samarbejde med Rigshospitalets Patientforening der tilbyder yoga, cirkeltræning, floorball, spinning og meget andet.

– Jeg er med på deres floorball-hold, der spiller ude i Valbyhallen, og så går jeg til noget spinning.

Men alting koster penge. Og selvom Elefanthuset er på kommunens budget, er det håndører, der kun dækker husets daglige drift. Derfor har Henrik Tingleff taget initiativ til Støtteforeningen til Mænds Mødested i Elefanthuset.

– Vi må ikke opkræve penge fra brugerne, fordi

det skal være gratis at komme her og deltage i aktiviteterne. Derfor lavede vi en støtteforening, som er en almennyttig velgørenhedsorganisation med accept fra kommunen, forklarer Henrik Tingleff og uddyber:

– Vi er tre frivillige og ulønnede medlemmer af bestyrelsen, der har som eneste opgave at skaffe penge til huset via sponsorer, medlemskaber og donationer. Sidste år fik vi eksempelvis 5000 kroner af Sparekassen Sjælland til at købe et medlemskab til Sundby Sejlførendes fiskeklub 'Flyvefisker', så vi kan komme på fisketur.

Brugerne må også gerne være medlemmer – det koster 125 kroner om året

– men det er ikke noget krav. Derudover kan alle give en skærv via foreningens hjemmeside eller på MobilePay. Henrik Tingleff har allerede masser af idéer til, hvad han godt kunne tænke sig at arrangere i huset.

– Jeg har arrangeret med nogle diætiststuderende, at de kommer og laver noget sund mad ud fra deviserne omkring kost og kræft. Vi har også nogle kontakter til en bager på Frederiksberg, der kan fortælle noget om noget kræftvenligt brød med mange kerner og den slags. Og så har jeg nogle tanker om nogle kurser fra Aarstiderne eller Meyer. Men det koster alt sammen mange penge.

Elefanten i rummet

Det er selvfølgelig ikke kun fis og ballade, når dét, alle i huset har til fælles, er en potentiel dødbringende sygdom. Selvom mændene hygger og morer sig, kan stemningen også blive alvorstung.

– Vi har folk, der kommer

herved, lige inden de har tid til kemoterapi ovre på Riget. Folk kommer også sommetider herved, lige før eller efter en svær samtale på hos deres læge. Ikke nødvendigvis for at søge trøst. Her er noget kammeratskab, noget usagt. Her kan man være. Og man kan fortælle om det dårlige resultat, man lige har fået. At der ikke er mere, lægerne kan gøre, fortæller Henrik Tingleff med eftertænksom mine og fortsætter:

– Så lytter vi og snakker med personen. Det er de barske ting, som vi også deler i huset. Det er en del af det at være kræftramt. Vi er ikke allesammen lige heldige. Nogle har en dårligere billet end andre. Og det ved de.

Det er ikke lette samtaler. Og det er måske ikke altid, man helt ved, hvad man kan sige. Men det er også en del af hverdagen i Elefanthuset.

– En af vores kammerater, der har været med fra starten, havde det virkelig skidt. Man siger ikke noget for at opmuntre; det var ikke nødvendigvis det, han havde brug for. Han vidste godt, hvilken vej det gik. Og man kunne se det på ham, på hans ansigt og hans udtryk. Man kunne se, at han kæmpede. Så vi prøvede at snakke om hverdagen, forklarer Henrik Tingleff og fortsætter:

– Han var med til at arrangere fisketuren, og han var også med ude og sejle, selvom han havde det virkelig skidt. Men han skulle have den oplevelse. Det var usagt. Der var ingen grund til at sige noget. Så snakker man om, hvordan vi ikke fangede noget, og joker om, at vi må forbi fiskehandleren på vejen, så vi ikke kommer tomhændede hjem. Vi ved godt, at det hjælper ikke ham noget.

Han var en af i alt tre kammerater, som Elefanthusets brugere måtte sige farvel til i 2020.

– Vi ved, hvad det kan ende med. Og det kan det for alle. Så er der dem, eksempelvis mig selv, der har en bestemt kræftform, eller hvor det er blevet opdaget i tide, hvor det kunne have været meget værre. Men der er så meget usikkerhed. Det er ikke sikkert, at man 'bare' har kræft i tarmen. Den kan have spredt sig,

den kan have indkapslet sig, den kan være sprunget, opremser Henrik Tingleff, men tilføjer:

– Det taler vi om, men det er ikke noget, vi går og tænker på hele tiden. Vi lader det ikke tynde os. Her er ikke gravkammerstemning.

Tværtimod emmer huset af varme og kammeratskab.

– Det bedste, jeg har fået ud af at komme her, er den åbenhed og imødekommethed, her er. Her bliver aldrig sagt nej, og alle er velkomne. Man kan bruge huset, lige som man vil. På et fritidshjem skal man lave dit eller dat. Hvis du har lyst til at lave noget her, så gør du bare det. Vi havde en, der lavede bæltet som julegave til hele sin familie. En anden bruger byggede en seng i værkstedet og svinede med støv over det hele, fortæller Henrik Tingleff og tilføjer med et grin:

– Det skulle vi måske have sagt nej til. Men man kan sy, fræse, vi har drejebænke, man kan reparere sin cykel. Hvis der er noget, der mangler, kan man snakke med støtteforeningen og se, om den kan hjælpe.

► Mænds Mødested i Elefanthuset ligger på Thit Jensens Vej 2 og er et tilbud til mænd med alle former for kræft. Der er åbent for nye interesserede hver onsdag mellem klokken 11:00-14:00, og det er også muligt at komme forbi til åbent værksted om mandagen klokken 10:00-16:00. Læs mere og se husets aktivitetskalender på kraeft.kk.dk

FAKTA:

■ I 2018 vandt Elefanthuset Københavns Kommunes Fællesskabspris og fik 30.000 kroner. Dem kunne mødestedet ikke tage imod, og derfor stiftede Henrik Tingleff Støtteforeningen til Mænds Mødested i Elefanthuset, som kunne modtage præmien på husets vegne. Siden da har foreningen arbejdet på at skaffe midler til husets aktiviteter.

■ Læs mere om Støtteforeningen Mænds Mødested i Elefanthuset på støtme.dk eller giv et bidrag på mobile pay: 87528

Fra big spender til nulforbruger

Nu har Det Kollektive Klædeskab slået dørene op til sin 8. tøjbyttecentral på Islands Brygge. Bag den nyåbnede kælderbutik står Laura Carlsen. Som tidligere frivillig i samme koncept fik hun blod på tanden i en grad, så hun nu er sprunget ud som debuterende butiksbestyrelserinde. Selv har hun det sidste halvandet år ikke brugt en krone på tøj, og hun glæder sig til at inspirere bryggeboere og andre modeglade medlemmer til at gå i samme grønne fodspor. Du finder Det Kollektive Klædeskab i Egilsgade 34

Teksts: Anne Kirstine Rasmussen
Foto: Ricardo Ramirez
redaktion@bryggebladet.dk

Fra gaden og et par trin ned til kælderbiksen, mænger tøj sig i alle afskygninger med sko og accessoires. Tøjet slænger sig på sirligt op-hængte bøjler, der igen støtter sig på vandrør bærende stativer. Alle venter de på at få nye ejermænd – eller skal vi sige -kvinder. For det er primært de kvindelige medlemmer, som tøjet har til formål at friste.

Konceptet, der er sat i verden som alternativ til fast fashion og en klimatung tøjindustri, er en slags åben garderobe, hvor medlemmer kan aflevere det tøj, de ikke får gået i. De point, de får for det tøj, kan de bruge til at handle andres indleve-

rede tøj for. Og for at få del i de klædelige glæder tegner man et abonnement på 169 kroner om måneden – og så er det ellers bare at gå ombord i den bugnende tøjbuffet.

De første, spæde byggesten til Det Kollektive Klædeskab blev lagt i 2015 som et opgør med den gængse tøjproduktion. Louise Kingo Liokouras, der er stifteren bag franchise-konceptet, underviste dengang i bæredygtighed og tøjproduktion på en handelsskole. Her var det en øjenåbner, hvilke barske produktionsvilkår tøjindustrien var underlagt i Bangladesh.

I dag har hun med egne ord ansvaret for at få 15 kvinder med hver sit CVR-nummer til at styre i samme retning under konceptet. En af dem er 28-årige Laura

Carlsen, der fra november har lejet sig ind i et af Egilsgades kælderlokaler som del af Det Kollektive Klædeskab.

En shopaholics bekendelser

Hvis Laura Carlsen skal beskrive sig selv med et ord, så er det arbejdsnarkoman. Allerede i gymnasiet kastede hun store summer penge efter tøj og sko, og det finansierede hun med indtægten fra en 20-30 timers arbejdsuge ved siden af skolen. Nogle gange arbejdede hun sågar ti dage i træk. Men så var der til gengæld råd til dyrt designertøj.

Det var dog en uholdbar levestil, fortæller Laura Carlsen, og i starten af sine 20'ere forsøgte hun at gøre fuldt købestop. Det gik dog i vasken i første omgang.

– Det var for stor en udfordring. Men siden jeg startede som frivillig for halvandet år siden i Det Kollektive Klædeskab på Vesterbro, har jeg ikke købt nyt tøj siden. Selv underbukser og strømpebukser har jeg fundet. Og jeg vil vildt gerne inspirere andre til at gå den samme vej og gøre fuldt købestop.

Før kælderfilialen slog dørene op i starten af november måned, var der syv medlemmer i Laura Carlsens bryggebiks. I dag, få uger senere, er der 30 medlemmer. Hun fortæller, at hun skal op på 50 medlemmer, før huslejen er dækket. Men det er med hendes egne ord "ingen sag", hvis bare man er god til mennesker. Selv har Laura Carlsen ikke nogen nævneværdig navlestreng knyttet til Amager, men



Tøjindustrien sætter gigantiske CO₂-fodaftryk. Blandt andet derfor forsøger Laura Carlsen at få tøjet til at leve længere.

som tidligere frivillig i Det Kollektive Klædeskab ser hun et særligt potentiale i at åbne butik på den berygtede ønskeø.

– Amager, det er altså et sted. Amager er der, hvor jeg gerne vil åbne en butik. Der er en fed kultur her, og der er noget herude, der rykker totalt for mig. Jeg har ikke nogen uddannelse, men jeg har altid vidst, at jeg havde en form for ledergen i mig. Og så er jeg god til at tale med mennesker, siger hun.

Tøj af en vis standard

Det er ikke trailerstore sække med kluns, man smider på disken, når man trolper op i Det Kollektive Klædeskab. Som medlem kan man aflevere ti stykker tøj ad gangen. Ellers er erfaringen, at folk læser uanede mængder af tøj af, som er forvasket eller har selskab af en gammel g-streng og et bælte uden spænde.

Når det er sagt, bliver det indleverede tøj som udgangspunkt altid forvandlet

til point. Det er dog langt fra alt, der bliver hængt op i butikken, da det gerne må være af en vis standard. For Det Kollektive Klædeskab vil ikke ligne en genbrugsbutik for meget. Ellers er det Laura Carlsens oplevelse, at det afleverede tøj falder i værdi. Til gengæld går det overskydende tøj til Kræftens Bekæmpelse, Folkekirkens Nødhjælp eller varmemønstre. På den måde er der andre, der måske kan få glæde af det tøj, der er til overs.

Flow og fleksibel shopping for point

Udvalget skifter i et dagligt tøjflow fra medlemmerne, og på den måde er der ifølge Laura Carlsen aldrig tomgang i den kollektive garderobebestand. Der er derimod rig mulighed for at freestyle lidt og skeje ud i forhold til det tøj, man happer. "For man kan jo bare aflevere det igen", minder hun om.

Afhængigt af mærke og stand får man som medlem alt imellem 50 og 500 point for et stykke tøj eller et par

sko. For eksempel høster man 150 point for en blazer, og de kan så med de andre point i tøjbanken indløse alt fra sportstoppe til solbriller, nattøj, ammetøj og udklædningsstøj. Men også hjemmesystemer sniger sig ind imellem det faste sortiment. Laura Carlsen fortæller, at hendes far, ligesom andre frivillige, kan finde på at sy tasker ud af cowboybukser.

Ikke en genbrugsbutik, men et fællesskab

Når man besøger Det Kollektive Klædeskab, skal det være et fællesskab og en hyggelig klub, man træder ind i. Ikke en genbrugsbutik eller en fremmed sælger. Til forskel fra gængse apps, der formidler tøj mellem private sælgere, er man med Det Kollektive Klædeskab fri for at skrive frem og tilbage for at forhandle en pris og finde et sted at mødes.

– Alt er gjort for dig. Her kender du åbningstiderne, du afleverer dit tøj, og du får nyt tøj, som du kan prøve på herude. På den måde er det rimelig frit. Og så sparer man det akavede møde hos en fremmed, hvor man lige skal låne toilettet for at prøve kjolen. Her kommer man ned i en fritidsklub, hvor vi snakker om, hvordan det går med hunden, slutter Laura Carlsen.

➤ Du finder Det Kollektive Klædeskab i Egilsgade 34.

Norsk app kommer til Danmark med hjælp fra bryggeboere

Den norske app Tjommi hjælper brugerne med opdage, hvis et produkt, de har købt i en butik med prisgaranti, findes billigere et andet sted. Nu er Tjommi kommet til Danmark, og to erfarne bryggeboere skal hjælpe de unge nordmænd bag appen med at erobre landet

Tekst: Kenneth Dürr
Foto: Ricardo Ramirez
redaktion@bryggebladet.dk

Det er egentlig ret simpelt. Mange butikker har prisgaranti, hvilket betyder, at du kan få varen til den billigste pris på markedet, hvis du kan finde den. Også med tilbagevirkende kraft. Men det er noget, som de færreste får gjort. Med appen Tjommi kan du uploade dine kvitteringer, og så finder den helt automatisk ud af, om varen er billigere et andet sted. Derefter sender

den en mail til butikken, du har handlet i, overfører pengene til din konto og tager en findeløn på 25 procent. Alt sammen helt automatisk.

Mødtes til fredagsbar

Tjommi blev udviklet i Norge for cirka to år siden af Henrik Johannesen i forbindelse med et studieprojekt. Hans far var altid på udkig efter det billigste tilbud og var ikke bleg for at kontakte en butik, hvis han havde fundet en købt vare billi-

gere et andet sted. Henrik Johannesen tænkte, at det ville være smart, hvis man kunne automatisere den proces. Det var der en del nordmænd, der også syntes, og appen blev downloadet 30.000 gange.

Nu er Tjommi så kommet til Danmark, og de unge nordmænd bag appen har hyret et par garvede bryggeboere til at hjælpe med at rulle den ud på det danske marked.

– Vi mødtes helt lavpraktisk til en fredagsbar her på Copenhagen FinTech Lab, siger den 63-årige bryggebo og det nyeste medlem af Tjommi-teamet Lars Jepsen og fortsætter:

– Jeg synes, de havde en god energi og en vildt god energi, så jeg sagde, at hvis det havde brug for hjælp til at komme ind på det danske marked, så skulle de bare sige til.

Han kommer selv fra konsulentbranchen, hvor han blandt andet har arbejdet med Maersk og Novo Nordisk, og tænkte, at det kunne være spændende at



bruge den erfaring på at hjælpe et startup.

No brainer

Lars Jepsen hev derefter fat i en anden bryggebo, nemlig Kim Ulf Rehfeld Thoden, der er manden bag den finansielle techvirksomhed Moneyflow, der gør betaling mellem virksomheder mere fleksibel. Og han var straks klar med en investering og til at sætte sig i stolen som bestyrelsesformand.

De to bryggeboere

Lars Jepsen og Kim Ulf Rehfeld Thoden er gået sammen med nordmændene Henrik Johannesen og Sebastian Hauge om at rulle den norske app Tjommi ud i Danmark.

– At investere i Tjommi. app var en no brainer for mig, da servicen er en, jeg selv ville bruge mange gange, og den kunne allerede have sparet mig ret mange penge, og derudover er teamet helt fantastisk, skriver han i en mail.

Win-win

Tjommi er en gratis app uden reklamer. Til gengæld tager appen en findeløn på 25 procent af det, du sparer på, at den finder varen til en billigere pris.

– Vi ser det som en win-win-model, der er helt gennemskuelig for brugeren. Jo mere vi hjælper dig med at spare, jo mere tjener vi

som virksomhed, siger Henrik Johannesen.

Appen er blot kommet til Danmark for få uger siden, men de ambitiøse folk bag ser allerede et større potentiale.

– Nu skal vi lige samle vores erfaringer fra Norge og Danmark, men det ligger lige for at rykke til Sverige og sidenhen resten af Europa, siger Lars Jepsen.

Tjommi har indtil videre hjulpet brugerne med at spare 1,3 millioner kroner gennem prisgarantier.

KORT OM TJOMMI:

- Appen Tjommi er blevet downloadet mere end 30.000 gange i Norge.
- Den hjælper brugerne med at få fuldt udbytte af butikernes prisgaranti ved automatisk at finde billigere priser på de ting, man allerede har købt.
- Ordet 'tjommi' er et norsk udtryk for en god ven. Det stammer fra det engelske ord 'chummy'.



LYSE OG MODERNE RAMMER

NY PRIS

Lækker og moderne 3'er med stor altan og udsigt til havnen på Islands Brygge 38C, 2. TH.

Ejerlejlighed

På Islands Brygge har I netop nu alletiders chance for at overtage nøglerne og blive de nye, lykkelige ejere af denne fantastiske, nyistandsatte lejlighed med to badeværelser, en stor altan og udsigt til havnen.

Kontant: 5.999.000 Bolig m²: 126 Grund m²: 0
Ejerudgift pr. md.: 5.073 Stuer/vær.: 1/4 Energi: B
 Udbetaling 300.000 Byggetår: 2005 Sag: IB-CH060
 Brt/nt ekskl. ejerudg.: 23.652/21.307



LYS OG HARMONISK LEJLIGHED

SKAL OPLEVES

Sydvendt luksus 3'er med fuld panoramaudsigt i Sfinxen på Islands Brygge 38C, 4. TV.

Ejerlejlighed

Et fantastisk lysindfald, en gennemført indretning og en fremragende udsigt til Amager Fælled, Bryggenes bylandskab og havneløbet. Denne lækre lejlighed har det hele og henvender sig til byboeren, der ønsker en kompromisløs beliggenhed midt på Bryggen med byen, vandet og grønne åndehuller i nærheden.

Kontant: 5.998.000 Bolig m²: 113 Grund m²: 0
Ejerudgift pr. md.: 3.892 Stuer/vær.: 1/4 Energi: B
 Udbetaling 300.000 Byggetår: 2019 Sag: IB-CH114
 Brt/nt ekskl. ejerudg.: 24.106/21.328



STILREN LEJLIGHED I POLARIS

LIGE UD TIL VANDET

Stilren 3'er på Islands Brygge med vandudsigt Islands Brygge 38C, 2. tv.

Ejerlejlighed

Drømmer I om en lejlighed på første række til havnen på Islands Brygge? Så tag et kig på Islands Brygge 38C, 2. TV. Her finder I en gennemført lejlighed med en toneangivende indretning på en eftertragtet beliggenhed i skønne omgivelser.

Kontant: 6.250.000 Bolig m²: 101 Grund m²: 8061
Ejerudgift pr. md.: 4.374 Stuer/vær.: 1/3 Energi: A2015
 Udbetaling 315.000 Byggetår: 2017 Sag: IB-CH119
 Brt/nt ekskl. ejerudg.: 24.653/22.212

BEDST SÆLGENDE UAFHÆNGIGE MÆGLER PÅ ISLANDS BRYGGGE

Solgt eller 0,- kroner

Intet med småt

jfr. Boligsiden.dk - 24.11.2020

Paulun Islands Brygge
 Islands Brygge 81D
 2300 København S
 bryggen@paulun.dk
 tlf. 32 87 30 80

www.paulun.dk

Paulun Bolig
 Ejendomsmægler Niels Hald

Gå på jagt og væk dit urinstinkt

Bryggebo og jæger Mathias Vogdrup-Schmidt har brugt årets stille coronaaftener på at skrive hele to bøger om jagt – Danmarks Jagthunde og Nudansk Jægerlatin. Med et mikroskopisk kendskab til jagt og en relativt stor portion nervøsitet omkring både våben og hunde tog vi en snak med jægeren om en hobby, der kan vække urinstinktet i mennesket og måske få selv veganere til at spise kød

Tekst: Vanessa Wolter
Foto: Ricardo Ramirez
redaktion@bryggebladet.dk

– Selvom man er storbymenneske og sidder på kontor det meste af dagen, så har mange nok en trang efter at komme ud i naturen på en eller anden måde, funderer jæger og bryggebo Mathias Vogdrup-Schmidt, mens vinden suser om ørerne på os i Havneparken på Islands Brygge, hvor vi mødes på en råkold, men solrig dag i november.

– Jeg har selv en stor naturinteresse, men jagt er noget særligt, siger jægeren, der har haft jagttegn, siden han var 16 år gammel. Han smiler til Bryggebladets skribent, der med en grundnervøsitet omkring alt, hvad der har med hunde og våben at gøre, må siges at være lidt på udebane.

– Det vækker noget instinkt, og man bliver bare grebet af det på en ret utrolig måde, så det er en meget givende form for naturoplevelse, fortæller han, før en indvending fra skribenten om vandretures eksistens gør det nødvendigt at uddybe, hvorfor netop jagt kan noget særligt.

Det kræver sin hund

– Jamen i virkeligheden er det ikke kun selve jagten, det er også det at komme ud med hunden og se hende arbejde. Det er ikke vigtigt, om man selv skyder, eller om der overhovedet bliver skudt noget. Det er selve oplevelsen i naturen sammen med hunden og det at se, at hun arbejder hårdt og bliver bedre fra gang til gang, forklarer han begejstret og tilføjer:

– Så går det hele op i en højere enhed, og det er bare skønt. Min hund, der er en tysk jagtterierr, skal for eksempel helst bare søge derudad, når vi er på jagt, siger han og laver en pegende bevægelse fremad med hånden.

– Hun er af en meget selvstændig race, og det er hendes instinkt, at hun skal jage langt fra mig. Hun gør meget det, hun skal, selv, og hun kan være kilometer fra mig, når vi er ude. Det passer rigtig godt til min personlighed og den jagt, jeg har i Sverige, forklarer Mathias Vogdrup-Schmidt, før han uddyber:

– Forholdene i Sverige er jo langt større end i Danmark, og hvor der er meget mark herhjemme, er det mest skov deroppe. Valget



af jagthund handler både om den jagt, man har, og om det vildt, man jager, og jager man her i Danmark, giver det ofte god mening at have en hund, som kræver lidt tættere kontakt med jægeren.

Jagthunde og jægerlatin

Mens jagthunde for nogle er et ganske uberørt emne, så er det noget, Mathias Vogdrup-Schmidt har brugt en hel del tid på. Bryggeboen udgav for nylig to bøger om jagt, hvoraf den ene er det opslagsværk om jagthunde, som han selv stod og manglede, da han for godt seks år siden besluttede sig for at få sig en hund.

– Jeg researchede en masse på nettet og spurgte folk til råds, men jeg savnede et opslagsværk, som gav et fuldt overblik, forklarer han og slår ud med armene, inden han smilende konstaterer:

– Så ideen til bogen har jeg haft længe, men jeg fik kone og barn i mellemtiden, og så gik tiden jo lidt med det.

Mens andre hastigt øgede forbruget af Netflix og alkohol, brugte bryggeboen pandemiens stille aftener ved tastaturet.

– Da coronaen ramte her i foråret, og de sociale arrangementer blev aflyst, så gik jeg i gang. Jeg fik kontakt til en god fotograf, og da et forlag bed på, tog projektet

hurtigt form, forklarer han, inden han løfter lidt af sløret for bogens indhold.

– Danmarks Jagthunde henvender sig til både erfarne jægere og nybegyndere. Den giver inspiration om, hvilken type hund man skal overveje hvornår. Og så indeholder den en masse flotte billeder, tilføjer han begejstret. Den opmærksomme læser bed muligvis tidligere mærke i, at Mathias Vogdrup-Schmidt ikke alene har udgivet én, men hele to bøger for nylig.

– Så er både jule- og mandelgaven nemlig på plads derude, siger forfatteren kækt, før han fortæller lidt om sidstnævnte:

– Den anden bog, Nudansk Jægerlatin, er en

Jagt, tag dig i agt.

jagtordbog, det vil sige et opslagsværk over specielle termer, der knytter sig til jagt. Det er for eksempel termer om biologi, skovbrug og våbenteknik, og nogle af ordene er gamle, mens andre er af nyere dato. Igen opstod ideen ud fra et behov, jægeren selv har stået med.

– Ideen kom sig faktisk af, at jeg, da jeg sad og researchede til den anden bog, studsede over ord, jeg aldrig selv havde hørt før. Jeg skrev dem ned og fandt frem til, at nogle ord er blevet brugt forskelligt af forskellige folk på forskellige tidspunkter, og det er blandt andet sådan noget, jeg har sammenfattet i ordbogen, fortæller forfatteren.

Plaf fordommene ned

To ord, man formentlig ikke finder i ordbogen er veganer og vegetar. Og i en tid med øget fokus på dyrevelfærd og køderstatningsprodukter kunne man måske forestille sig, at man som nedlægger af vilde dyr mødes af en vis portion skepsis fra flere sider.

– Jeg møder naturligvis nogle gange fordomme i forhold til jagt, men det er mest fra folk, som principielt er imod jagt, eller som ikke bryder sig om, at man skyder dyrene, fortæller jægeren.

– Til gengæld oplever jeg, at når man så snakker med dem, så får de fleste forståelse for, at det jo er dyr, der har haft et naturligt liv, fortæller han og pointerer:

– Og jagten går jo ud på, at man slår dem ihjel så hurtigt som muligt, så der er jo ingen interesse i, at de skal lide eller noget. At dyrene har levet frit i naturen, hvor trænge forhold er skiftet ud med åbne vidder, gør ifølge jægeren, at selv ikke-kødspisere har efterspurgt kødet:

– Netop fordi vildtkød jo er endnu mere økologisk end kødet fra de dyr, vi har i økologisk landbrug, så oplever jeg, at mange gerne vil smage det, selv vegetarer

og veganere. Dyrene har jo ikke fået hverken antibiotika eller mærkeligt foder, de har jo bare levet vildt, og det vil folk gerne opleve.

Jagt er for alle

Det kan imidlertid være svært at få øje på den store vilde natur og tilsvarende dyr her lokalt på Islands Brygge, og da Mathias Vogdrup-Schmidt selv hovedsagelig jager vildsvin, søger han oftest uden for landets grænser, når han skal på jagt. Og ligesom det var tilfældet med hunderacer, så afgør den jagt, man har, også, hvilket våben man skal bruge.

– I Sverige er der jo både større afstande og større dyr, og det kræver en kraftig riffel, mens man herhjemme oftest bruger haglgevær, fordi man her mest jager fugle, ræv og småvildt, forklarer han og fortæller straks den lidt våbennervøse skribent om sikkerheden omkring opbevaring af våbnene.

– Når man ikke er på jagt, læser man sine våben forsvarligt inde i et sikret våbenskab, som er boltet fast, forsikrer han og tilføjer:

– Der er strikse regler, og det skal selvfølgelig være i orden. Udstyrmæssigt er vi tydeligvis ikke i den helt billige ende, hvad angår hobbyer, med hund, våben og tilhørende sikret våbenskab, og derfor anbefaler bryggeboen interesserede at tage kontakt til en jagtforening, hvis de gerne vil snuse lidt til det hele, før de går skridtet videre og tager jagttegn. Ifølge jægeren er det en hobby med mange muligheder.

– Jagt kan være en meget social ting, hvis man ønsker det, men det kan også være en mere individuel interesse. Man kan gøre det helt, som man har lyst til, forklarer han og afrunder smilende:

– Man kan starte, når man vil, og der er selvfølgelig fysiske ting, man har lettere ved, når man er ung, men alle kan gå i gang, og jeg kan kun varmt anbefale det.

► Danmarks Jagthunde, forlaget EgoLibris, 120 sider, vejledende pris: 299,95 kroner.

Nudansk Jægerlatin, forlaget EgoLibris, 84 sider, vejledende pris: 149,95 kroner. Læs mere om jagt og find din nærmeste jagtforening på www.jaegerforbundet.dk.

ISLANDS BRYGGE - Klaksvigsgade 12, 2. tv B



NYHED



Mulighed for tilkøb af P-plads

Rundt om hjørnet fra Havnebadet og bare få minutters cykeltur fra Københavns midte udbydes nu denne gennemførte kvalitetslejlighed fra 2006 med en suveræn planløsning og en kæmpestor altan. Sag: JWL0391

Kontantpris:	4.495.000	Bolig m ²	90	Vær	2
Ejerudgift pr. md:	3.319				
Udbetaling:	225.000	Etage	2.	Opført	2006
Br/nt ekskl. ejerudg:	17.770/16.007				

ISLANDS BRYGGE - Klaksvigsgade 7, 6. tv B



NYHED



To solrige altaner samt to badeværelser

De 79 veludnyttede kvm. fordeler sig på entréen, et soveværelse, en skøn stue, et pænt køkken og hele to badeværelser. Lejligheden fuldendes af de to solrige altaner. Sag: NCS5142

Kontantpris:	4.495.000	Bolig m ²	79	Vær	2
Ejerudgift pr. md:	2.832				
Udbetaling:	225.000	Etage	6.	Opført	2006
Br/nt ekskl. ejerudg:	17.770/16.007				

ISLANDS BRYGGE - Rundholtsvej 28, 2. A10



NYHED



Inkl. Parkeringsplads

Lejligheden tæller 2 værelser samt et stort opholdsmiljø med køkken og stue i åben forbindelse. De mange udendørs kvm. giver jer mulighed for at følge solen både formiddag og aften. Sag: NCS5538

Kontantpris:	5.695.000	Bolig m ²	114	Vær	3
Ejerudgift pr. md:	4.417				
Udbetaling:	285.000	Etage	2.	Opført	2014
Br/nt ekskl. ejerudg:	22.908/20.268				



90 solgte

NYBOLIG ER NR. 1 FLEST SALG

- Blandt alle ejendomsmæglere beliggende på Islands Brygge*
Kontakt os på tlf. 3259 7749 eller 2302@nybolig.dk

Nybolig Islands Brygge

33 solgte

14 solgte

9 solgte

Nybolig

Anden mægler

Anden mægler

Anden mægler

Skal vi også sælge din bolig?

* Ifølge Boligsiden.dk d. 03-02-2020: Alle boliger solgt i 2300 København S de seneste 12 måneder uden projektsalg

Advokat

FÜRST advokatfirma
Islands Brygge 26
2300 København S
32 63 04 80 · www.furst.dk

Apoteker

Islands Brygges Apotek
Islands Brygge 3-5 · 32 95 63 61
Mandag og tirsdag kl 9.30-17.30
Onsdag kl 9.30-18.00
Torsdag og fredag kl 9.30-17.30
Lørdag kl 9.30-13.30

Begravelse

Begravelsesforretningen Islands Brygge
Leifsgade 6
32 95 75 75 · www.info-bedemand.dk

Bryggens Begravelsesforretning
Amagerbrogade 155
Islands Brygge 13
32 55 55 55

Blomster

Blomstercirklen
Leifsgade 5
32 57 19 10 · www.blomstercirklen.dk

Isblomsten
Isafjordsgade 2
32 57 73 15

Børneaktiviteter

Cphballet Akademi
Njalsgade 23D · 71 55 60 00
www.cphballet.dk · info@cphballet.dk

Tigertræning
Leg, kamp og bevægelse.
Egilsgade 34 kld.
www.tigertraening.dk

Børnetøj

dinBuska
Gunløgsvej 19 kl. th.
32 54 55 51 · www.dinbuska.dk

Cykler

Bryggen City Cykler
Leifsgade 1 · 35 36 92 22
Man-fre 9-18 · 9.30-14.30

Bryggens Cykler
Gunløgsvej 23-25 · 32 96 14 11

Delebil

Bryggens delebilsordning
www.bryggebil.dk

Diætister

Klinisk diætist Vibeke Moustén
Kigkurren 8D, st. th.
21 96 51 00 · www.diaetistpraksis.dk

Dyreartikler

HPReptiles Danmark ApS
Egilsgade 12, kld
Man – Fre 11.00-18.00
Lørdag LUKKET
92 43 01 77 · www.hpreptiles.dk

Ejendomsmæglere

EDC Poul Erik Bech
Holmbladsgade 34
32 54 32 54
www.edc.dk · www.poulerikbech.dk

Estate Amager – Eldrup & Bast
Islands Brygge 7
33 21 00 04 · www.estate.dk

Elektrikere

P. Kilding A/S
Egilsgade 40-42
32 54 56 91

Fodterapi

Klinik for fodterapi
Egilsgade 28, kld. tv
32 54 16 66

Foreninger

Bryggen For Alle (BFA)
www.bryggenforalle.dk

Islands Brygge Badminton
www.ibbadminton.dk
bryggensfjerbold@gmail.com

Fotografer

Fotograf Ricardo Ramirez
ricardo-ramirez.com
info@ricardo-ramirez.com

Fotohandlere

Njal Foto
Njalsgade 22
32 54 55 90 · www.njalfoto.dk

Frisører

Cabello
Grøn frisørsalon
Islands Brygge 21
32 12 70 03 · www.cabello.dk

Hair by Dahl
Islands Brygge 1B
32 54 81 02
Online-bestilling: www.hairbydahl.dk

Saxkjær (A-huset)
Islands Brygge 79 F
32 96 43 43 · www.saxkjaer.dk

Fysioterapeuter

Havnstadsklinikkens Fysioterapi
Speciale i ryg, nakke, skuldre, fertilitet
og genoptræning efter fødsel
41 40 10 94 · www.amj-fysio.dk

Genbrug

Genbryggen
Reykjaviksgade 2, kld.
Mandag & onsdag kl. 15-18
Lørdag kl. 11-14

Gulvservice

Falk Gulve fra A-Z
Din Lokale Gulvmand
31 10 45 10 · www.falk-gulve.dk

Historiefortælling

Historiedamen Mariane Josefsen
32 57 31 46
www.historiedamen.dk

Indretning

The Sweet Spot
v/ Laura Scheuer Trøstrup
www.thesweetspot.dk
laura@thesweetspot.dk · 41 60 60 20

Italiensk Is

Bravissimo-Bryggen Is og Kaffe
Islands Brygge 5
40 55 11 76

Lokalråd

Islands Brygge Lokalråd/
Bryggens Borgerforening
Beboerhjørnet – Leifsgade 7
www.islandsbryggeslokalraad.dk

Læger

Havnstadens lægehus
Annette Lemche, Natalie Fagerholt-Rønn
og Stine Hougaard Andersen
Kigkurren 8D st. th. · 32 64 18 56
www.havnstadens-laegehus.dk

Lægerne på Bryggen
Louise Engell, Britta Forslund, Lina Nyqvist
og Susan Rosenberg von Scholten
Kigkurren 8M, 4.
www.laegernepaebryggen.dk
32 96 77 76

Malerfirmaer

Kasper Hougaard
Hilversumvej 17, 2791 Dragør
21 67 51 95

Murere

BSA Byg v/ Toni Bergenhammer
Egilsgade 45, kld.
40 14 74 13
bsabyg@mail.dk

Politiske partier

SF – Socialistisk Folkeparti på Bryggen
Kontaktperson: Klaus Mygind,
Erik Eriksensgade 9, 6. th., 2300 S
24 69 28 45
klaus_mygind@br.kk.dk

Psykologer

Heidi Sahlgreen
Leifsgade 16, 5. th
26 55 28 27 · aktivforandring.dk

Rengøring

EMS – Euro-multiservice
Mobil: 29 72 94 48 · Tlf.: 36 95 94 02
E-mail: info@ems.dk · www.ems.dk

Rosenmetoden

Karen Vinding
Gunløgsvej 43, kld. tv.
26 25 49 40 · www.karenvinding.info

Skoler & institutioner

Fritidscenter Islands Brygge
Artillerivej 71 C
Tlf 32546388
www.bbu.dk e-mail: fcib@fcib.dk

Skønhedsklinikker

Smuk
Njalsgade 22
33 16 17 17 · www.smuk.dk

Smørrebrød

T.S. Smørrebrød
Islands Brygge 7
32 57 20 05 · www.tssmørrebrød.dk

Systuer

Shhhy vi sy'r
– også efter mål
Thorshavnsgade 22
32 54 35 36 · www.shhhy-vi-syr.dk

Tandlæger

Tandklinik på Islands Brygge
v/ Søren Nielsen, Mia Gram, Anne-Birgitte
Reersted Andersen, Anne-Grete Kruse og
Jannie Andersen
Kigkurren 8G, 1.sal
Tlf 32 57 75 44
info@islandtand.dk
www.islandtand.dk

Tryllekunstnere

Michael Frederiksen
magi@trylle-michael.dk
www.trylle-michael.dk
20 92 70 03

VVS

Dan Rasmussen VVS ApS
Gunløgsvej 21
Tlf 36 72 30 00

Islands Brygge Vand og Varme ApS
Tlf.: 25 34 34 34
islandsbryggevvs@hotmail.com

Zoneterapi

sanselig.dk
Zoneterapi til børn og voksne
Online booking
Gunløgsvej 3, kld. Tv.

Optagelse i Fagregisteret:
Send mail til fagregister@bryggebladet.dk
Pris: 420 kr. for 10 udgivelser med tre tekstlinjer
(maks. 35 anslag inkl. mellem-rum per linje).
Ekstra linjer: 80 kr. per linje.
Priser eksklusiv moms
Fagregisteret kan også ses på
www.bryggebladet.dk

OPSLAGSTAVLEN

OPSLAGSTAVLEN til køb-salg-bytte og lykønskninger. Opslag på siden er gratis for private. Dog koster boligannoncer 30 kroner i frimærker, der sendes til Leifsgade 7. Skriv kort og præcist til redaktion@bryggebladet.dk. Redaktionen forbeholder sig ret til at redigere opslagene.

Her kan din annonce stå!

Test din viden om Islands Brygge

- Hvornår ophørt sporvognsdrift til Islands Brygge?
 - 1944 – under den tyske besættelse
 - 1954 – ved indvielsen af den nye Langebro
 - 2002 – ved indvielsen af Metro
- Hvilken buslinje erstattede sporvognsruten til Islands Brygge – Linje 4?
 - Buslinje 5
 - Buslinje 32
 - Buslinje 40
- For nylig er der blevet opsat flere københavnrbænke på Bryggen. Hvornår er dette designikon første gang taget i brug?
 - 1880.
 1920. Københavnerbænk fejrer således 100 år i 2020.
 - 1950.
- Bryggebladet har tidligere skrevet om tyveri af københavnrbænke – seneste ved Hans Tausens Kirke. Hvor mange københavnrbænke blev der stjålet i 2017?
 - 5
 - 15
 - 45

Bed den indre stemme om at tale pænt

Har du også en indre kritisk stemme? En stemme, som ytrer utilfredshed med en skrap tone, som du aldrig ville tale til andre med. Måske er det ikke en stemme, men blot en konstant følelse af utilstrækkelighed. I så fald er du ikke alene, for de allerfleste har en tilbøjelighed til altid at undervurdere sig selv. Heldigvis findes der metoder til at give slip på selvkritikken. Nina Werner deler sin viden og fascination i sin nye bog *Fra selvkritik til self-compassion*

Tekst: Victoria Bloch Blytt Sandstad
Foto: Ricardo Ramirez
redaktion@bryggebladet.dk

Vores hjerne-set-up og psykologiske mekanismer på spil resulterer i, at vi automatisk nedvurderer os selv. Den konstante selvkritik kvæler faktisk livskvalitet. Det er en af de centrale teser i psykolog Nina Werners nye bog 'Fra selvkritik til self-compassion'.

– Det er enormt interessant at dykke ned i forskningen og virkelig aktuelt at arbejde med, hvilket var mit udgangspunkt for bogen, fortæller hun fra sin nyåbnede praksis i Kigkurren.

Viden og forståelse er grundlæggende for at handle og identificere udfordringer. Bogen er først og fremmest en hjælp og guide med fokus på konkrete metoder frem for tung teori.

Skarp og skrap

Skrappe kommentarer og skarp kritik præger ifølge Nina Werner den negative selvindstilling, som spænder fra teenageårene og langt hen i livet.

– Desværre gennemsyrrer problemet vores samfund i dag med præstationskultur, hvor depression og angst nærmest er blevet folkesygdomme, siger hun trist og fremhæver især den presede ungdom.

Nogle bliver decideret syge, men selvopfattelsen eksisterer hos mange, selvom de klarer sig godt udadtil. Dermed er bogens indsigt og hjælp relevant for stort set alle.

– Min målgruppe er helt almindelige mennesker, så bogen skulle ikke være for akademisk, fortæller Nina Werner.

Sorte skyer

Bogen bliver også personlig, når Nina Werner deler lidt af sine egne oplevelser og sin opvækst.

– Min familie er lidt speciel, hvilket alle familier jo nok er på den ene eller anden måde, siger hun og fortsætter:

– Min far var en meget kompleks og meget konservativ mand, mens min mor var mere "happy go lucky" med en hippie-tilgang.



Nina Werner er at finde i hendes nyåbnede praksis i Kigkurren.

Sans for empati

Forestil dig en situation med en ven eller et familiemedlem, som du taler til og trøster. Hvordan er din tone, dit humør og dine råd? Så tænk på dig selv i en svær situation, og hvordan du behandler dig selv.

– Her vil man opdage en tankevækkende forskel, fortæller Nina, vi er oftest langt mere selvkritiske, end vi tror.

Faktisk er der ikke kun en psykologisk, men også fysiologisk betydning og ændring afhængig af vores selvtillid og selvindstilling, som kommer til syne på hjernescanninger.

– Til gengæld kræver det ikke nødvendigvis meget at gøre sin skrappe indre stemme lidt sødere, siger Nina Werner.

Helt konkret udløser beroligende berøring som en hånd på hjertet de samme hormoner som et kram.

– Det er fascinerende, at man kan regulere egne følelser og gøre noget for sig selv, selvom vi selvfølgelig stadig har brug for andre mennesker, forklarer Nina Werner og uddyber, at en positiv selvindstilling også består af andet og mere end at nusse sin kind.

Støtte eller skældud

En klassisk indvending er, om det ikke bliver meget navlepilleri og selvfokus. Bliker man ikke mere doven og egoistisk? Men ifølge Nina Werner bliver man mere ambitiøs, når man hviler i sig selv. Så stoler man på sig selv til at turde fejle og har på samme tid tiltro, at man kan lykkes.

– Ved at være i harmoni med sig selv opnår man en mere legende og ukompliceret tilgang. Roen ved ikke konstant at bebrejde sig selv giver netop overskud til projekter og til at se og hjælpe andre, fortæller hun.

Altså handler det om ens tilgang både indadtil og udadtil. En del af problemet er,

at mange fletter deres værd, personlighed og præstationer sammen.

– Man elsker jo automatisk børn uafhængigt af, om de lykkes eller fejler, fremhæver Nina Werner og fortsætter:

– Den samme ubetingede tiltro og kærlighed burde gælde for os selv og kan komme til det med self-compassion.

Start til slut

Selvkritik, selvværd og self-compassion har længe været hovedpunkter i Nina Werners interessefelt.

– For cirka 10 år siden var der et slags gennembrud indenfor psykologiforskning med øget fokus på netop de mekanismer og begreber, fortæller hun.

Faktisk opstod idéen til bogen på en skøn solskinsdag for to-tre år siden.

– Det var helt idyllisk, jeg kørte på min motorcykel fra Faxe med flot vejr. Pludselig fik jeg den tanke, at der måtte være noget, jeg kunne bidrage med, genfortæller Nina Werner.

Den tanke blev til bogen, udgivet den 20. november 2020.

– Det har virkelig været en fornøjelse at skrive og en nem proces. Alligevel famler man altid lidt med nye ting, her var det en stor hjælp med min forlægger.

Det centrale har været ønsket om at gavne andre med at udbrede budskab og kendskab til det vigtige ved accept og omsorg, også når det gælder os selv.

– Jeg har selv i mit kliniske arbejde som psykolog set, hvor meget folk har brug for redskaber til at passe bedre på sig selv, konkluderer hun.



Som konsekvens fik Nina Werner ingen rigtig opdragelse, og desværre lærte forældrene aldrig af hinandens modsætninger. Det hele kulminerede, da hun var 10 år, og hendes storebror pludselig døde af hjertestop.

– Det var fuldstændig forfærdeligt, der opstod virkelig en istid derhjemme, erindrer Nina Werner.

Slidsom selvransagelse

Faren var helt i chok efter at miste sin perfekte søn og kun have sin datter, som ikke levede op til forventningen om en sød og artig pige, tilbage. Alligevel måtte storebroren aldrig nævnes.

– Det gik bare dårligere og dårligere, og når jeg tænker tilbage, så fik jeg nok en depression, bemærker Nina Werner; dog uden tristhed i

stemmen.

– Da jeg var 14 år, foreslog min far, at alt vores kommunikation skulle foregå via lapper på en kommode i gangen. Det var jo helt grotesk og fik mig til at flytte hjemmefra.

Heldigvis vender tingene. I første omgang et år hos et ældre ægtepar på en gård med Ninas hest og bagefter et års udveksling.

– Det var i USA som 16-årig, at jeg for første gang fik lyst til og for alvor bestemte mig for at læse psykologi ud fra en trang til at hjælpe andre folk, siger Nina Werner og tilføjer:

– En konstant nysgerrighed på hvordan livet skal leves, og hvordan man har det rart med sig selv undervejs.

Skam og skrammer

Nina Werners eget tidligere kendskab til et lavt selv-

værd og en sort livsanskuelse giver en kvalitet til arbejdet i dag med patienter.

– Der er ingen oplevelser, som jeg ville være foruden. Man bliver jo et helt menneske af livets skrammer, pointerer hun.

Faktisk gælder det for mange psykologer, at interessen er udsprunget fra egen erfaring og et instinktiv til at bearbejde og forstå.

– For mig er muligheden for at hjælpe andre enorm meningsfuld, siger hun.



HANS TAUSENS KIRKE

www.islandsbryggessogn.dk

FREDAG DEN 4. DECEMBER KL. 19:30

HÄNDELS MESSIAS

Camarata Øresund opfører Händels jule-klassiker under ledelse af Peter Spissky. Händel skrev Messias på fire intense uger i 1742, og siden er oratoriet blevet et af verdens mest kendte og elskede værker i julen.

På grund af coronasituationen er der et begrænset antal pladser.

Billetter fåes kun via billetto.dk – der bliver intet billetsalg i døren.



GA I KIRKE I JULEN

Coronaen påvirker alt og alle, og hverken kirke eller jul går ram forbi. Der er et begrænset antal pladser i kirken, og for at flest muligt kan gå i kirke, har vi indført tilmelding ved to af kirkens gudstjenester. Hvis du ønsker at gå til en gudstjeneste med tilmelding, skal du henvende dig til kirkens kontor. Juleaftensdag bliver der fire korte gudstjenester med salmer og læsning af juleevangeliet, nemlig

kl. 11.00 med tilmelding via kirkekontoret,
kl. 13.00 uden tilmelding,
kl. 14.30 med tilmelding via kirkekontoret og
kl. 16.00 uden tilmelding.

Der er mange andre gode muligheder for at gå i kirke i julen: Du kan gå til julenat-gudstjeneste juleaften eller til højmesse juledag og 2. juledag, og der er også mulighed for at gå til almindelig højmesse julesøndag den 27. december.



GUDSTJENESTER

Søndag den 6. december kl. 11
Højmesse
ved Ghita Katz Olsen

Søndag den 13. december kl. 11
Højmesse
ved Camilla Aggersbjerg

Søndag den 20. december kl. 11
Højmesse
ved Michael Krogstrup Nissen

Torsdag den 24. december kl. 11
Julegudstjeneste
med tilmelding ved sognepræst
Lars Ahlmann Olesen
(tilmelding sker ved henven-
delse til kirkekontoret)

Torsdag den 24. december kl. 13
Julegudstjeneste
ved sognepræst Lars Ahlmann
Olesen

Torsdag den 24. december kl. 14.30
Julegudstjeneste
med tilmelding ved sognepræst
Ghita Katz Olsen
(tilmelding sker ved henven-
delse til kirkekontoret)

Torsdag den 24. december kl. 16
Julegudstjeneste ved
sognepræst Ghita Katz Olsen

Torsdag den 24. december kl. 23.30
Julegudstjeneste ved
sognepræst Per Ramsdal

Fredag den 25. december kl. 11
Juledags-gudstjeneste ved
sognepræst Ghita Katz Olsen

Lørdag den 26. december kl. 11
2. juledags-gudstjeneste ved
sognepræst Inger Lundager

Søndag den 27. december kl. 11
Højmesse ved
sognepræst Lars Ahlmann
Olesen

Fredag den 1. januar kl. 16
Nytårgudstjeneste ved
sognepræst Michael Krogstrup
Nissen

Sognepræst Ghita Katz Olsen (Kbf.)
Tlf. 32 54 03 94 – mail: gho@km.dk
Mandag fredag

Sognepræst Lars Ahlmann Olesen
Tlf. 29 12 84 14 – mail: lao@km.dk
Mandag fredag

Sognepræst Per Ramsdal
Tlf. 20 18 39 91 – mail: pr@km.dk
Mandag fredag

Provst og sognepræst
Michael Krogstrup Nissen
Tlf. 51 17 47 27 – mail: mkni@km.dk
Mandag fredag

Sogne- og studentpræst
Inger Lundager
Tlf. 40 14 64 26 – mail: ilk@km.dk
Mandag fredag

Organist Britta Bugge Madsen
Tlf. 27 12 14 09
mail: brittabuggemadsen@gmail.com
Mandag fredag

Facebook: Hans Tausens Kirke,
Islands Brygges Sogn

Kirkens kontor
Kigkurren 8C 2. th.,
2300 Kbh. S. Tlf. 32 57 41 96.
islandsbrygges.sogn@km.dk
Hverdage kl. 10-13,
tirsdag tillige kl. 16-18.
Lørdag lukket.

Burchhardts Begravelsesforretninger

Amager & Sundby Ligkistemagasin
Italiensvej 16, 2300 Kbh. S, Tlf. 32 55 20 09

Christianshavns Ligkistemagasin
Prinsessegade 21, 1422 Kbh. K, Tlf. 32 54 01 44

Tårnby Begravelsesforretning
Amager Landevej 49,
2770 Kastrup, Tlf. 32 52 77 87

Træffes alle dage.
Aftaler træffes
også gerne
i jeres hjem.



www.burchhardt.dk



Begravelse



Bisættelse

Alle aftaler træffes gerne hjemme hos Dem

Bryggens Begravelsesforretning

Amagerbrogade 155 · Islands Brygge 13

tlf. 32 55 55 55 · døgnvagt

BRYGGEBLADET

FIND OS PÅ:

www.bryggebladet.dk



BEGRAVELSESFORRETNINGEN
ISLANDS BRYGGE
DØGNVAGT 32 95 75 75

En smuk og værdig afsked
Aftale træffes gerne i Deres hjem



Allan Nielsen

Leifsgade 6 - 2300 København S
www.info-bedemand.dk
Email : bedemand@info-bedemand.dk

Vegetarmad i kommunale kantiner er totalt oplagt

Af: Anton Kjærgaard Walker, medlem af Ungeråd KBH

I sidste nummer af Bryggebladet var der en artikel om, at Radikale Venstre og Enhedslisten har foreslået, at kommunens kantiner bør have to vegetardage om ugen. Det er en ide, som jeg har svært ved at forstå, at mange af de andre politikere på rådhuset er imod. Kød er uden tvivl den type mad, som forurener aller mest, og derfor giver det mening for kommunen at skære ned på dens forbrug af det. Vegetarmad er i øvrigt også typisk både sundt og velsmagende, så det forbavser mig, at man som politiker kan være skræmt af det.

Gruppeformanden for

Dansk Folkeparti på Københavns Rådhus, Henrik Svendsen, er en af dem, som ikke ligefrem er tilhænger af forslaget: "Jeg skal som politiker på Københavns Rådhus ikke diktere, at der skal være to vegetardage om ugen i Københavns Kommune. Det er op til den enkelte, om man ønsker at være veganer eller vegetar [...]", skriver han i samme artikel. Jeg er selvfølgelig enig med ham i, at vi selv skal bestemme, om vi vil være vegetarer eller ej. Men Henrik Svendsen har vist lidt misforstået, hvad det vil sige at være vegetar; det er ikke noget, man bliver tvunget til at være, bare fordi kantinen på ar-

bejdet to gange om ugen ikke serverer kød.

Det er som om, at Henrik Svendsen forsøger at opstille en diskussion om frihed over for undertrykkelse. Altså at det er en form for frihedsberøvelse, når kommunalpolitikere beslutter, hvad det er, kantinerne skal servere til frokost. Denne logik kan jeg i udgangspunktet godt følge. Problemet opstår bare, når han samtidig skriver: "Som udgangspunkt skal vi tilbyde kød i alle kommunale institutioner hver dag". Om dette skal forstås som et egentligt kommunalpolitisk forslag, er selvfølgelig ikke fuldstændig til at gennemskue, men uanset hvad, kommer han her med et øn-

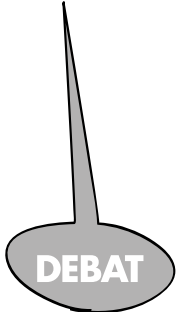
ske om, at nogle bestemte madvarer, i dette tilfælde kød, SKAL serveres i de kommunale kantiner hver dag. Dette er stik imod hans egen logik fra tidligere, hvor han netop pointerede, at den kommunale menu ikke skal fastsættes på rådhuset. Diskussionen, som Svendsen stiller op, er altså ikke en diskussion om frihed og undertrykkelse, men snarere en diskussion om vegetarmad og kød – en debat som i hvert fald fra et klimamæssigt perspektiv altid vil blive vundet af vegetarmaden.

Jeg ser virkelig intet reelt argument for, at kommunen skal lade være med at have to vegetardage om ugen. En mulig indvending kunne

måske være, at nogle kommunalt ansatte vil føle, at deres frokost ikke længere er tilstrækkeligt hverken mættende eller nærende. Jeg formoder dog, at kommunens kokke er så dygtige til at lave mad, at selv de mest kræsne medarbejdere vil kunne blive mætte og tilfredse på vegetardagene. Hvis man i øvrigt ikke kan lide maden i kantinen, kan man da bare tage en madpakke med hjemmefra – på fuldstændig samme måde, som hvis man ikke kan lide det, der ellers bliver serveret, om det så er ratatouille, brændende kærlighed eller sågar stegt flæsk.

Uanset om forslaget bliver vedtaget eller ej, ærgrer det mig, når politikerne fra-

siger sig ansvaret for at gå forrest i arbejdet på at løse klimaproblematikken. Forslaget om de to vegetardage er efter min mening ikke specielt radikalt. Det er blot et lille skridt af mange i den rigtige retning. I øvrigt er det formentlig både let at implementere og finansielt rentabelt. What's not to like?



DF vil bevare politihestene på Islands Brygge

Af Finn Rudaizky, spidskandidat for DF til Københavns Borgerrepræsentation

Det skal være slut med politiheste i Danmark – igen. I hvert fald hvis det står til justitsminister Nick Hækkerup (S). Forslaget er en del af de igangværende politiforhandlinger. I Dansk Folkeparti, der i sin tid fik

genindført politihestene, er vi foragede.

Det er altså for tosset. Vi har brugt store ressourcer på at genetablere ryttersektionen, og de er netop begyndt igen at være synlige i gadebilledet – og får rigtig meget ros. At så ville lukke det igen efter to år er altså respektløst og en tosset måde at bruge skatteborgernes penge på.

Politihestene har både stået i Dragør, på Islands Brygge og i øjeblikket længere ude på Amager.

Man er næsten færdige med at opbygge hele ryttersektionen i politiet, og hestene er allerede i brug – og er en kæmpe succes. Både som dialogværktøj og til patruljering hvor en politibil ikke giver samme effekt. Så vi er rigtig glade for, at de kom

tilbage – og det har jeg også indtryk af, at både borgerne og turisterne er.

Det er altså ikke særlig fornuftig brug af pengene. Det har kostet både politimæssige ressourcer og penge at opbygge det ridende politi. Så er det ikke fornuftigt at kaste hele investeringen væk. Det er et ekstremt frås med pengene, og vi vil ikke få noget ud af investeringen.



Test din viden - svar

b. 1954 – ved indvielsen af den nye Langebro. Linje 4 kørte fra 1920 indtil 1954.

c. Buslinje 40. Sporvognslinje 4 fik et o tilføjet og hed nu buslinje 40

a. 1880. Københavnerbænken blev oprindeligt designet i 1880 og bliver stadig produceret her 140 år senere.

c. I 2017 er 45 af de grønne københavnerbænke blevet stjålet fra byens gader og grønne områder. Der er kommet nye bænke på Artillerivej ved skolen og ved SuperBrugsen i Njalsgade.



Nyt fra bryggenet

Foreningen Bryggenet · Leifsgade 7 · 2300 København S
www.bryggenet.dk · info@bryggenet.dk
Kundeservice: 71 74 23 00 · kundeservice@bryggenet.dk

Gratis hjælp til optimering af dit WiFi-signal

De hyppigste problemer Bryggenets brugere oplever, er relateret til brugernes eget udstyr, specielt WiFi. Bryggenet tilbyder derfor i en forsøgsperiode gratis hjælp fra en tekniker, som hjælper med at optimere din WiFi-oplevelse.

Teknikeren vil først forsøge at afhjælpe udfordringen med WiFi, ved at guide dig igennem de mest almindelige løsninger og problemstillinger. Hvis dette ikke hjælper på WiFi-signalet, så vil teknikeren vurdere, om der er grundlag for et hjemmebesøg.

Ved et hjemmebesøg foretager teknikeren en gennemgang af din nuværende WiFi-løsning med det formål at finde frem til årsagen for udfordringerne. Som en del af gennemgangen vil teknikeren også sikre, at din trådløse router er indstillet korrekt for at få den bedst mulige oplevelse.

Teknikeren vil som afslutning på sit besøg komme med en anbefaling til, hvad der yderligere kan foretages for at få det bedste ud af dit WiFi-signal. Her kunne mulige optimeringsforslag være en bedre placering af den trådløse router, udskiftning af den trådløse router eller udbygning af det nuværende signal.

Bryggenet dækker omkostningen til teknikerbesøget, og hvis du ønsker at tage imod et optimeringsforslag, så vil du få oplyst prisen for dette, inden arbejdet startes.

Den gratis forsøgsperiode med hjemmebesøg dækker de første 100 medlemmer af Bryggenet, hvor der er behov for at sende en tekniker ud til at fejlsøge på WiFi-signalet.

For at få hjælp til dit WiFi-signal skal du blot ringe til Kundeservice på 7174 2300, hvor BOLIG-NET sidder klar til at hjælpe dig.

Har du ikke Bryggenet endnu?

Hvis du ikke har et Bryggenet-stik i din lejlighed, er det højst sandsynligt fordi du bor i en af de boligforeninger på Islands Brygge, der endnu ikke er med i Bryggenet. Du kan forhøre dig hos din bestyrelse om din boligforening allerede er med i Bryggenet eller de evt. er i dialog om at blive tilsluttet.

Hvis din ejendom ikke er med i Bryggenet endnu, så har I stadig mulighed for det. Send os en mail på info@bryggenet.dk om hvem, hvor og hvor mange, I er, så tager vi gerne en snak med jer om, hvad der skal til for at netop I kan få Bryggenet.

Du kan også læse mere om, hvordan din ejendom kan få Bryggenet på vores hjemmeside: <http://bryggenet.dk/ombryggenet/indmelding/>.

Kundeservice

Kundeservice kan hjælpe dig med tilmelding og framelding af tjenester, faktura og abonnementsvilkår. Det er også Kundeservice du skal kontakte, hvis du vil melde om fejl på de tjenester du modtager.

Husk at oplyse dit kundennummer når du henvender dig til Kundeservice. På telefonen (71 74 23 00) ydes der personlig betjening mandag til fredag kl. 09:00-20:00.

Du kan også sende en e-mail til kundeservice@bryggenet.dk.

Bryggenets priser

Internet
Op til 1Gbit/s: 65. kr./md. (500/500 Mbit/s garanteret)

Tv
Grundpakke: 160 kr./md. (fra 1. januar 2021: 167 kr./md.)
Mellempakke: 360 kr./md. (fra 1. januar 2021: 372 kr./md.)

Mellempakke med Bland Selv: 360 kr./md. (fra 1. januar 2021: 372 kr./md.)
Fuld pakke: 485 kr./md. (fra 1. januar 2021: 500 kr./md.)
Fuld pakke med Bland Selv: 485 kr./md. (fra 1. januar 2021: 500 kr./md.)

Telefon:
Forbrugsafregnet: 0 kr./md.
Flatrate: 49 kr./md.
Flatrate mobil: 99 kr./md.

1000/1000
Mbit/s
65 kr./md.

Læs mere på
bryggenet.dk

Myre-medlemskort

Omtrent 100 millioner år før Søren Brostrøm kom myrerne på banen, og de holder ikke afstand og deler konstant mundvand

Tekst: Thomas Neumann
Foto: Ole Laursen
redaktion@bryggebladet.dk

Min gode ven MyreMogens fortalte forleden, at han havde fodret en myretue med regnorme; flink mand. Men ormene var radioaktive. Ingen myre led overlast, hvis nu der skulle være en krænkelsesparat myreaktivist et sted. Mange blev meget klogere, og blandt andet var det nemt at se, hvilke stier eller veksler myrerne gik ad, og at de faktisk kunne gå iblandt andre myrefamilier.

Sociale maver

Myrer deler seng, bord og stol med 100.000 næsten genetisk identiske medmyrer. Hvordan ved de uden at være på fornavn, at de er familie og ikke en indtrængende fjende eller en nasserøv (parasit). Alle myrer har en social mave, hvor de

hele tiden gylper mad op og deler med de andre myrer. Nogle myrer spiser af maden, andre transporterer den videre ind i boet, andre igen fodrer larverne med maden. På ganske få timer kunne MyreMogens se, at alle myrerne i kolonien havde det radioaktive stof i sig. Det må da være en slags "kysserekord".

Det betyder, at alle myrer nu lugter ens. Det endnu mere geniale er, at der fra den sociale mave er forbindelse til den almindelige mave, så derfor overføres også tarmbakterier. Myrerne fra de forskellige tuer spiser forskellige døde dyr, og hvad de ellers falder over. Så vil den samlede tarmbakteriemasse, den er stor, betyde, at det ikke kun er genetik eller droningens duftstoffer, der styrer/bestemmer lugten. Myretuen er den eneste i verden, i vort solsystem og nok også i Mælkevejen, der



præcis lugter sådan. Så kom igen, NemID. Det bliver myresikkert den næste krypteringsform.

Naturgraffiti

Minus-minusgrader og sne og kælk, så må der laves naturtags-landart-grøn-graffiti, ja, naturhærværk har mange navne. Tag leret, der skulle have endt i trivelle juledekorationer, og bring det tilbage ud i naturen. Her kan alle forme lige netop det ansigt, monster, trolld, nisse, fabeldyr eller noget nonfigurativt. Tag leret, form det og tryk det mod barken på træet, brug

endelig andre naturmaterialer som for eksempel bær til øjne, tænder eller noget mere kreativt. Kæresteparret kunne danne det klassiske hjerte med initialer i stedet for at snitte i træet og så forny det ofte. Måske kunne en frisk familie lave nogle dyr/mennesker/enhjørning, de savner på Fælleden. Det kunne være et egern, et pindsvin, en muldvarp eller en mindre rytterstatue af en handlekraftig grøn borgmester.

Gaveideer

Den bedste gave burde være ikke at få noget – men det er

Vertikale lerdokumentation er sjovere end almindelige bordmodeller.

angstprovokerende for de fleste gavegivere, men grin, gråd eller giv eventuelt et af disse forslag: Fluefælden af Fredrik Sjøberg – en nørdet svensker der samler på svirrefluer. Men gab ikke, det er en spændende og vel-skrevet historie. Opfindel-



NEUMANN'S
NATUR

sen af naturen, en bog om Alexander von Humboldt af Andrea Wulf – total ukendt i dag – men den største af de største naturalister og fader til så meget. Blot for at nævne et lille hjørne. Han inspirerede Darwin, der havde hans bøger med på sin afgørende rejse. Han "opfandt" klimazonerne og ændrede hele vores måde at forstå verden på.

Eller giv din nabo et klistermærke med "Jeg læser Bryggebladet" Da jeg heroisk i årevis har hjulpet afkommet med avisudbringningsopgaven, og mange ej får det, da de har det blå mærke på postkassen. Bladet er jo godt i denne tid til våde sko, slå bananfluer ihjel med, i bunden af kattebakken, og selve indholdet er altid svingende. (Red. Synspunkter udtrykt i klummen er udtryk for skribentens holdning og reflekterer ikke nødvendigvis det faktum, at Bryggebladets indhold altid er tiptop).

LokalBolig

Islands Brygge

Når du skal sælge din bolig, så spørg de lokale.

Vi ved hvad din bolig er værd, og hvem der gerne vil købe den.
Ring 36 30 15 55 for en gratis vurdering.

 LokalBolig

www.lokalbolig.dk

GÅR DU MED SALGSTANKER?
- SÅ RING TIL LOKALBOLIG



 LokalBolig

3630 1555