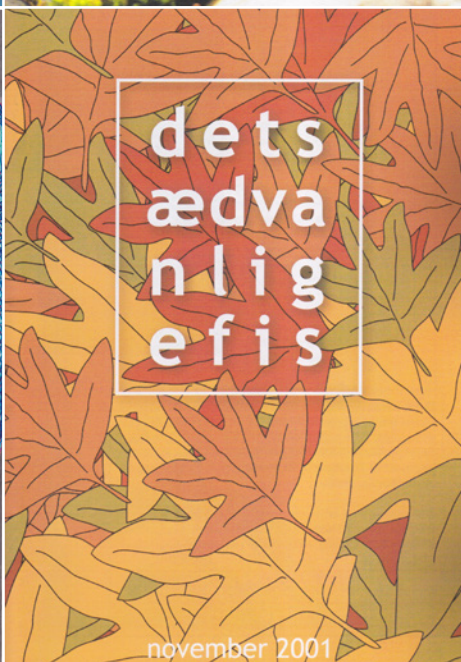
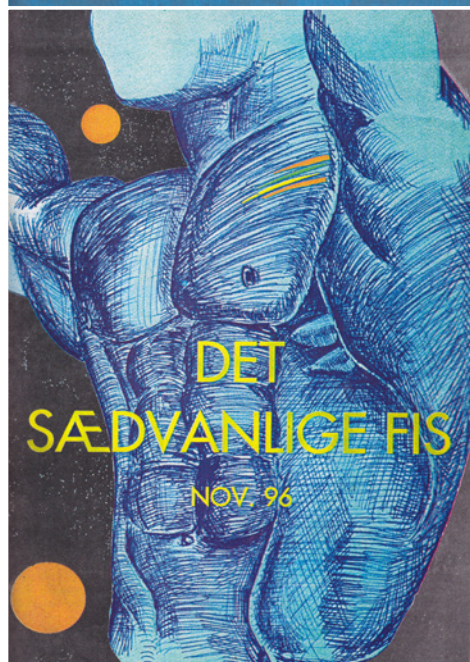
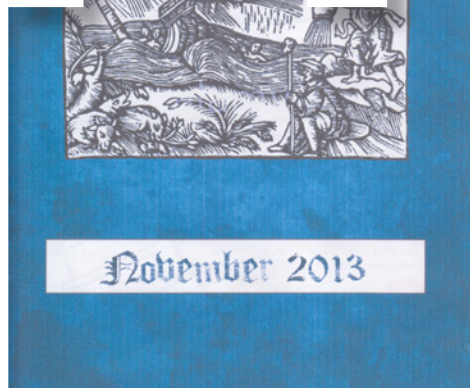


FIS



**GODE SPARERÅD
PÅ EL & VARME**

INDHOLD

NOVEMBER

OPSLAG FRA GRUPPER & UDVALG

MESSAGES FROM GROUPS AND COMMITTEES

VARSLING AF GENERALFORSAMLING

NOTIFICATION ABOUT THE GENERAL ASSEMBLY (RESIDENTS' ASSOCIATION)

HALLOWEEN I BILLEDER

NYT FRA AFDELINGSBESTYRELSEN

NEWS FROM THE ESTATE BOARD

FÆLLESMØDE REFERAT

JOINT MEETING MINUTES

MÅNEDENS KÆLEDYR

PET OF THE MONTH

MÅNEDENS OPSKRIFT

SKRIV FOR FISET & OM BLADGRUPPEN

VOLUNTEER AT THE MAGAZINE & ABOUT THE GROUP

ÅBNINGSTIDER (DA/EN)

OPENING HOURS

NAVNE & NUMRE (DA/EN)

NAMES & NUMBERS

MORBÆRHAVENS KALENDER

WHAT'S HAPPENING? MBH CALENDER

04

05

06

08

10

12

14

16

18

19

20



LEDEREN



GENERALFORSAMLING!

November måned betyder generalforsamling i beboerforeningen!

Det er på generalforsamlingen hvor du som beboer kan være med til at bestemme gruppernes budgetter for næste år og evaluere på årets forskellige aktiviteter. Kom og vær med hvis du vil sætte dit præg på de sociale aktiviteter i Morbærhaven i året der kommer!

Traditionen tro vil der udover en masse debat også blive serveret smørrebrød, snacks, sodavand, kaffe og te til alle

Sidder du og tænker, hvorfor det er relevant for dig at møde op?

- Du får indsigt i hvad der sker i Morbærhaven, og mulighed for selv at have indflydelse
- Du kan få indsigt i hvordan vores beboerdemokrati fungerer
- Mulighed for at stemme om punkter på dagsordenen

Have you just moved into Morbærhaven?

Then come to a infomeeting that concerns only you and your questions:

Infomeeting
Saturday November 19th at 13.00
In the residentialoffice, groundfloor, Center 1

You might have some questions about:

What you are paying for in your rent. How to avoid a big bill when moving out. We will talk a little about the life of/in Morbærhaven, the residents democracy, the groups of Morbærhaven and membership of those groups. And we will be giving some advice on how to maintain your apartment.

We will do our best to answer the questions you may have as a new resident in Morbærhaven. We will start at the residential office and then take a tour in Morbærhaven and see the groups positions.

We hope to see every new resident and others who are interested.



Er du lige flyttet ind i Morbærhaven?

Så kom til et infomøde, som kun handler om dig og dine spørgsmål:

Informationsmøde
Lørdag d. 19. oktober kl. 13.00
på beboerkontoret, stueetagen, Center 1

Det kan være du har spørgsmål til:

Hvad vi betaler for igennem huslejen, hvordan man undgår en stor fraflytterregning og andet. Vi vil præsentere lidt om livet i Morbærhaven, beboerdemokrati i Morbærhaven, grupperne i Morbærhaven og medlemskab af grupperne. Og råd til hvordan man vedligeholder sin lejlighed

Vi vil gøre vores bedste for at svare på dine spørgsmål som ny beboer i Morbærhaven. Vi starter på beboerkontoret og går rundt i Morbærhaven og ser hvor grupperne bor.

Vi håber at se alle nye beboere og andre interesserede til informationsmødet.

OPSLAG FRA GRUPPERNE

NEWS FROM THE GROUPS



VI SØGER NYE FRIVILLIGE

Da nogle af vores kære medlemmer har afsluttet studier og måtte fraflytte, søger Genbrugsgruppen derfor flere frivillige ildsjæle, der brænder for genbrugsgerningen!

HVAD LAVER GENBRUGSGRUPPEN?

Det kan lyde enormt kedeligt, det med at holde møder og holde åbent - men vi er som gruppe meget mere end det! Det er sandt, at du skal ofre 1-2 timer af din frivillighed pr. måned, men for den smalle pris får du: Hyggeligt selskab og samvær og nye venner! Påske- og julefrokost, hvor vi gerne tager ud at spise sammen, og hygger os!

Nøgleordet for genbrugsgruppen er netop **HYGGE** og **SAMVÆR**, udover et ønske om at give brugte ting nyt hjem.

Lyder det som noget for dig, og vil du gerne høre mere?

Så kom til et møde eller send os en mail på mbhgenbrug@gmail.com!

THRIFTSHOP/SECOND HAND GROUP

For at blive en del af os frivillige, skal du blot medbringe dit beboerkort til ét møde, og så får du nøgleadgang til rummet. Vær opmærksom på at vi har et aktivitetskrav der hedder min. 3 aktiviteter på en 6 måneders periode (dvs. min. 3 timer af din tid i løbet af 6 mdr.).

KOMMENDE MØDEDATOER:

Mandag d. 21/11 kl. 19, mandag d. 19/12 kl. 19, og i januar 2023: Mandag d. 16., kl. 19. Møderne foregår i vores rum i center 3, stueetagen.

ÅBENT HUS I GENBRUGSGRUPPEN

Søndag d. 13. og 27. november, kl. 13-14.
Søndag d. 4. og 18. december, kl. 13-14.
Søndag d. 15. og 29. januar 2023, kl. 13-14.

Alt er gratis!

FØLG OS PÅ FACEBOOK

Følg vores Facebook-gruppe: "Morbærhavens Genbrugsgruppe" - hvor vi annoncerer eventuelle spontane åbninger m.m.

GAMERGRUPPEN HOLDER ÅBNE DAGE I GAMER CAFÉEN

Åbningstider i oktober

Mandag 18:00-21:00	Tirsdag 18:00-22:00
------------------------------	-------------------------------

Onsdag 19:00-23:00	Torsdag 19:00-22:00
------------------------------	-------------------------------

Fredag 18:00-22:00	Lør- & Søndag TBA
------------------------------	---------------------------------

Gamer Caféen drives af gamergruppens frivillige og fungerer som en gratis "deltids netcafé" tilgængelig for havens beboere.

Beboere (med gyldigt beboerkort) kan komme op og bruge vores gaming udstyr - kvit og frit. Det er tilmed tilladt for beboere at have op til 3 gæster med udefra.

Faciliteter

Gruppen har hjemme på førstesalen af Center 3. Caféen byder på 6 faste gaming rigs med lidt forskellige, men helt fornuftige specs der kan trække

de mest udbredte spil med en hel fornuftig framerate.

Spil bibliotek

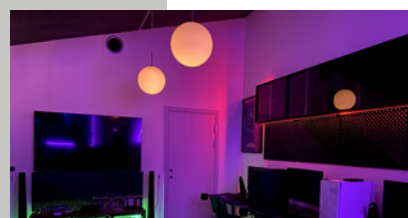
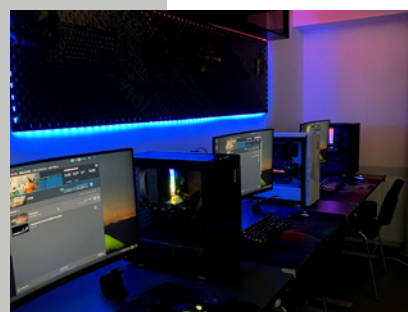
Vi kan desuden via vores Steam PC Café aftale tilbyde en række forskellige spil - du logger bare ind med din egen Steam bruger og så har du automatisk adgang til hele gruppens bibliotek af spil på Steam.

Vi har desuden også en række spil via Epic Games og GOG. Se det fulde bibliotek af spil til både PC, PS3, PS4 og Wii på gruppens side på AUBs hjemmeside:

www.aub.dk/gg

Virtual Reality

Gruppen har sit eget Valve Index VR-Headset der kan benyttes i åbningstiden. Af VR eksklusive titler kan vi tilbyde titler såsom; Half-Life Alyx, GORN, Beat Saber, Pavlov, Bone Works, Propagation, Arizona Sunshine, Blade and Socery og selvfølgelig SUPERHOT.



GENERALFORSAMLING 2022

BEBØERFORENINGEN MORBÆRHAVEN

SØNDAG 13. NOVEMBER KL. 11:00

FÆLLESSALEN, CENTER 4, 1. SAL



Alle beboere har adgang, men husk gyldigt beboerkort, alternativt kan du medbringe huslejekvittering for november sammen med lejekontrakt.

Der vil være smørrebrød, snacks, sodavand, kaffe og te.

Husk hvis du har specielle madønsker i forhold til allergier eller kostrestriktioner, så skriv til ab@aub.dk senest mandag den 7. november

www.aub.dk/gf

HALLOWEEN I BILLEDER

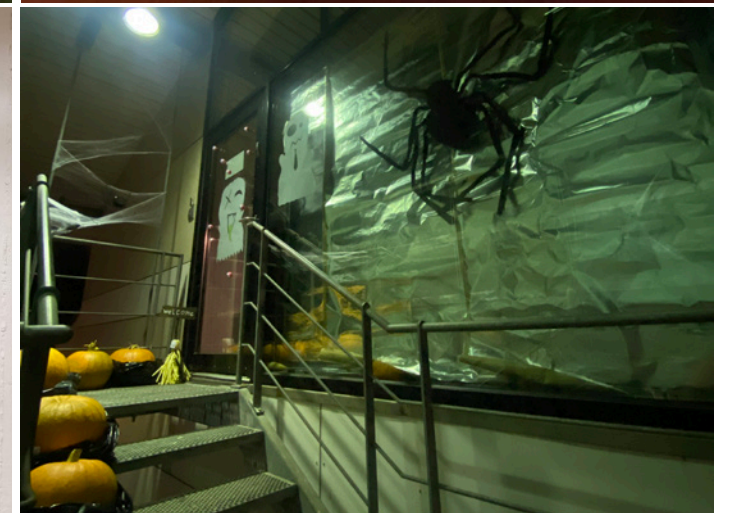
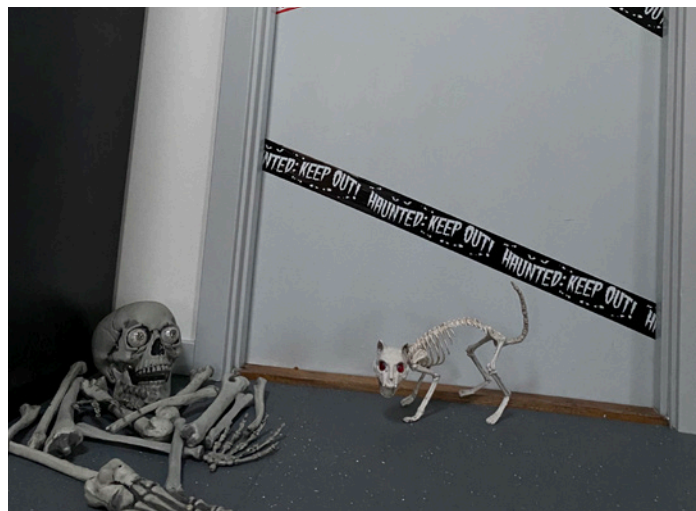
Billeder og tekst af Casper Møller



Halloween bevægede sig ikke ubemærket over Morbærhaven! Festudvalget slog sig sammen med en række grupper og Den Våde Høne for at sætte Morbærhaven på den anden ende. Sammen arrangerede vi en fælles "spøgelsesjagt" igennem gruppernes lokaler hvor vi til sidst endte på Hønen hvor vinderne af spøgelsesjagten blev kåret

Efter spøgelsesjagten var overstået blev der afholdt Halloween fest på Hønen og gyserfilmsmarato i Fællessalen.

I anledning af spøgelsesjagten pyntede grupperne enormt flot op rundt om i haven og vi har udvalgt de bedste billeder fra aftenen og bringer dem til jer her.



News from the Exec. Comm. no the general assembly is hastily on its way an a full executive committee is working hard on new procedures and initiatives.

ACCESSIONS AND RESIGNATIONS

No accessions or resignations in the Exec. Comm. The office committee has now filled all three of its spots and it should therefore soon be possible to pay out expenses to the groups.

EXEC. COMMITTEE MEETINGS

We would like to reiterate the kind reminder, that all residents are welcome at our exec. Committee meetings. These meetings are held in the conference room at the residents' office in Center 1. Further information about date and time can always be found in the MBH calendar in Det Sædvanlige Fis.

We would also like to remind you that if you have any questions for the Department Board or if there is anything you are dissatisfied with, you are always welcome to contact us at ab@aub.dk.

THE GENERAL ASSEMBLY

Soon, it is time for the general assembly. Here, the budgets of the residents' association groups will be decided. This year, however, we

have decided that it is no longer prudent to budget with a deficit, and the savings are also as good as empty. This, together with rising consumer prices, means that the budgets will look somewhat smaller than in previous years, unless we want an excessively high quota increase. Furthermore, the office committee has been working on some initiatives to reduce the length of the meeting by voting on budgets in packages, rather than individual group budgets. So we hope, if the length of the meeting has prevented you from coming in the past, that you will give the meeting a new chance, and then we can see if together we can create an informative and great meeting at a manageable time!

REDUCED BUDGET IN THE EXECUTIVE COMMITTEE

Due to the rising consumer prices and the depleted savings, the exec. Comm. has of course also done its part to save money for next year's budget. The application that has been sent to the general assembly can establish a saving of as much as DKK 45,000. Among other things, the meeting funds has been more than halved, and the external courses have been reduced drastically, in the hopes that old exec. Comm. members can pass on the teaching material to newly joined members.

NEW RULES OF PROCEDURES

The exec. Comm. is working on a new rules of procedure, which will, among other things, reduce the amount of meetings to one meeting per month instead of 2. This is done with the hopes of freeing up time for the committees to sit down and work within the committees, so e.g. the key access committee or group

committee can create more initiatives for the benefit of the residents' association. Hopefully, it will also make it more appealing for residents to get involved in the exec. Comm. in the event of time pressure being the reason to not get involved.

UPCOMING MEETINGS

The next Exec. Comm. meetings are on November, 3rd 2022 at 7 pm at the residents' office.

NYT FRA AFDELINGSBESTYRELSEN

Nyheder fra afdelingsbestyrelsen nu hvor generalforsamlingen hastigt nærmer sig, og et fuldt hold i afdelingsbestyrelsen arbejder hårdt på nye procedurer og initiativer

TIL- OG FRATRÆDELSE

Ingen til- og fratrædelser i afdelingsbestyrelsen. Kontorudvalget har dog nu fået udfyldt alle sine 3 pladser, og der burde inden længe kunne udbetales udlæg til grupperne igen.

AB MØDER

Vi ønsker fra afdelingsbestyrelsen at gentage vor venlige reminder om, at alle beboere er velkomne på vores afdelingsbestyrelsesmøder. Disse møder afholdes i konferencelokalet i Center 1 på Beboerkontoret, og nærmere information omkring dato og tidspunkt kan altid findes i kalenderen på sidste side i Det Sædvanlige Fis. Vi vil ligeledes minde om, at såfremt man har spørgsmål til afdelingsbestyrelsen eller hvis der er noget man er utilfreds med, er man altid velkommen til at skrive til os på ab@aub.dk

GENERAL-FORSAMLINGEN

Nu er det snart tid til generalforsamling, hvor gruppernes budgetter skal nedsættes! I år har vi dog valgt at det ikke længere er forsvareligt at budgettere med underskud, og opsparingerne er også tæt på brugt. Det, samlet med de stigende forbrugerpriser, gør at

budgetterne vil se noget mindre ud end de forrige år, i fald vi ikke ønsker en alt for høj kontingensforhøjelse. Ydermere, har kontorudvalget arbejdet på nogle initiativer til at nedsætte tiden på mødet, ved at stemme budgetter igennem i pakker, fremfor individuelle grupper, så vi håber hvis mødets længde tidligere har afholdt dig fra at komme, at du vil give mødet et forsøg dette år, og så kan vi se om vi i fællesskab kan skabe et informerende og godt møde til en overskuelig tid!

NEDSAT BUDGET I AFDELINGSBESTYRELSEN

På grund af det dyrere priser og den opbrugte opsparing, har afdelingsbestyrelsen selvfølgelig også gjort sit for at spare penge til næste års budget. Ansøgningen der er sendt ind til generalforsamlingen kan konstatere en besparelse på hele 45.000kr. Blandt andet er mødebevillingen blevet mere end halveret, og kurserne er nedsat drastisk, i håb om at gamle afdelingsbestyrelsesmedlemmer kan videreformidle undervisningsmaterialet til nytiltrådte medlemmer.

NY FORRETNINGSORDEN

Afdelingsbestyrelsen arbejder på en ny forretningsorden, der blandt andet vil nedsætte antallet af bestyrelsesmøder til 1 møde om måneden frem for de nuværende 2. Dette gøres i håbet om at give udvalgene lidt mere tid til at sætte sig sammen og arbejde inden for udvalgene, så eksempelvis nøgleudvalget og gruppeudvalget kan få sat mange flere initiativer i gang til gavn for beboerforeningen. Forhåbentligt vil det også gøre at det bliver mere appellerende for beboere at engagere sig i afdelingsbestyrelsen, i tilfælde af at tidspres er skyld i, at man ikke har ønsket at være med.

KOMMENDE MØDER

Næste AB-møder er d. 3. november 2022 klokken 19 på beboerkontoret.

FÆLLESMØDEREFERAT

DEN 20. OKTOBER 2022 - KL 19:00 - FÆLLESSALEN - CENTER 4

Forkortet udgave; det fulde referat kan findes på www.aub.dk

1) Valg af ordstyrer CM

2) Valg af to stemmetællere JH og MTH

3) Godkendelse af dagsorden Der er ingen tilstede fra netværksgruppen, så 7a og 8a frafalder. Godkendt.

4) Godkendelse af referat fra fællesmødet d. 18. august 2022 Godkendt

5) Beretninger

a. Kontorudvalget (forkortet) Foreningens indestående er på 112.700kr. Der er lidt problemer med udbetaling da banken stadig ikke har godkendt de to nye medlemmer, så der er kun én underskriftberettiget, og der skal være to til at underskrive.

b. Afdelingsbestyrelsen Der er en ny konstituering. Første møde var i september. Der arbejdes på at få godkendt en ny forretningsorden. Der er gang i arrangering af generalforsamlingen.

c. AUBs bestyrelse Der er ved at blive indhentet de sidste tilbud til de nye køkkener, HTH, Ikea og en tredje. (forkortet) Basket og tennisbanerne skal renoveres af Pankas. De har været ude og måle op ift basket, tennis og alle parkeringspladserne. Basket og tennisrenovering burde komme i gang i løbet af november. Alt efter vejret, vil de begynde på parkeringspladserne henover vinter. (forkortet) Der er godt gang i at udskifte vandrørene. Der er blevet rettet ind ift. varsling overfor VVS-firmaet, og der kommer en løbende opdatering på hjemmesiden. Folk med kæledyr er selv ansvarlige ift. at være hjemme eller få dem passet under renoveringen. (forkortet)

Deadline for punkter til næste fællesmøde er 19. november 2022 kl. 13. Punkter sendes til fm@aub.dk eller afleveres i beboerkontorets postkasse uden på center 1.

Hvis du vil have hjælp til at formulere et forslag er du velkommen til at skrive til afdelingsbestyrelsen: fm@aub.dk - men gør det i god tid inden ovennævnte frist.

6) Nyt fra grupper Gamer-gruppen holder lan-arrangement i weekenden, og har lånt krealokalet, så der er ekstra plads til folk.

7) Nye vedtægter

a. Netværksgruppen (bilag 1)

Frafalder

b. Cykelværkstedsgruppen (bilag 2)

Initiativet til værkstedet kom på baggrund af nogle forslag på et tidligere fællesmøde. Det er i de samme lokaler som det gamle cykel/metalværksted var. Det er styret af en gruppe, men lokalet er tilgængeligt for alle beboere. Gruppen er primært en styregruppe der er med til at udforme værkstedet. Man skal kunne låne

værkstedet på beboerkontoret, og senere hen på den nye hjemmeside, der er under udvikling. (forkortet)

Der skal eventuelt fremadrettet tilføjes §6 at man ikke er erstatningspligtig ved slidtage. Medlemmer kunne også skiftes ud med brugere, så det understreges at beboere der låner lokalet også er erstatningspligtige. Afstemning om godkendelse af cykelværkstedsgruppens vedtægter Enstemmigt vedtaget.

c. Motionsgruppen (bilag 3)

Afstemning om godkendelse af motionsgruppens vedtægter Enstemmigt vedtaget.

d. Sløjddgruppen (bilag 4)

(forkortet) En ekskludering kan altid ankes til et fællesmøde, og hvis gruppen ikke har en paragraf om ekskludering skal AB inkluderes. Der står at man kan lukkes ind af

en nøglebærer, men nøglebærer må ikke forlade lokalet herefter (kun i et par minutter). § 6 kan ses som fremvisning af lokalet. Der er tanker om at forsimpler vedtægterne og lave dem helt nye senere hen. Pt var det vigtigt at få ryddet op i adgangen til lokalet. § 6 er i strid med beboerforenings vedtægter ift. at få folk ekskluderet bestandigt. (forkortet)

Afstemning om godkendelse af sløjddgruppens vedtægter For: 9 Imod: 1 Blankt: 4 Godkendt. Der arbejdes på et nyt sæt.

8) Bevillinger

a. Netværksgruppen søger en bevilling på 6.599kr til en sofa (bilag 5) Frarafalder

9) Eventuelt Køkkenet på Hønen er i gang med at blive repareret og installeres korrekt. Det skulle være færdigt i løbet af næste uge. Der er muligvis blevet behandlet forekomst af skimmelsvamp i skunken nede i rengøringslokalet på Hønen.

10) Evaluering

Tak for godt fremmøde.

Bilag kan findes i det fulde referat på www.aub.dk

JOINT MEETING MINUTES

OCTOBER 20TH 2022 - HR. 19:00 - THE COMMON HALL - CENTRE 4

Shortened minutes; the full minutes can be found at www.aub.dk

1) Election of moderator CM

2) Election of two vote counters JH and MTH

3) Approval of agenda There is no one present from the network group, so 7a and 8a are omitted. Approved.

4) Approval of minutes from the joint meeting August 18th 2022 Approved

5) Reports

a. The Office Committee (Abbreviated) The association's balance is DKK 112,700. There are some problems with payment as the bank still has not approved the two new members, so there is only one authorized signatory, and there must be two to sign.

b. The executive committee There is a new constitution. The first meeting was in September. Work is underway to get new rules of procedure approved. Arrangements for the general meeting are underway.

The board of AUB

The final offers for the new kitchens, HTH, Ikea and a third are being obtained. (abbreviated) The basketball and tennis courts are to be renovated by Pankas. They have been out and measuring basketball, tennis and all the parking lots. Basketball and tennis renovations should start during November. Depending on the weather, they will start in the parking lots over the winter. (abbreviated) The water pipes are being replaced. Corrections have been made regarding notification to the plumbing company, and there will be a continuous update on the website. People with pets are themselves responsible for staying at home or

Deadline for items on the next joint meeting agenda is November, 19th 2022 at 01:00 p.m. Email items to fm@aub.dk or turn them in to the mailbox of the residents' office outside Center 1.

If you would like help to draw up a proposition, you are welcome to write the executive committee: ab@aub.dk - but do so in plenty of time before the above-mentioned deadline.

having them looked after during the renovation. (abbreviated)

6) News from the groups The gamer group is having a LAN event in the weekend, and has borrowed the creative room, so there is extra space for people.

7) New statutes

a. Network group

Omitted

b. Bicycle Workshop group

The initiative for the workshop came on the basis of some proposals at a previous joint meeting. It is in the same premises as the old bicycle/metal workshop was. It is managed by a group, but the room is accessible to all residents. The group is primarily a steering group that helps design the workshop. You will be able to borrow the workshop at the residents' office, and later on the new website, which is

under development. (abbreviated) Vote on approval of the bicycle workshop group's articles of association Unanimously approved.

c. Fitness group

Vote on approval of the Fitness group's statutes Unanimously adopted.

d. Woodwork group

(abbreviated) An exclusion can always be appealed to a joint meeting, and if the group does not have a section on exclusion, AB must be included. It says that you can be let in by a key holder, but the key holder must not leave the room afterwards (only for a few minutes). Section 6 can be seen as a presentation of the room. There are thoughts of simplifying the

statutes and making them completely new later. At present it was important to clean up the access to the room. Section 6 is in contrary to the residents' association's statutes in relation to having people permanently excluded. (abbreviated)

Vote on approval of the Woodwork groups statutes For: 9 Against: 1 Blank: 4 Approved. New statutes are being worked on.

8) Funds

a. The Network group is requesting funds of 6.599kr for a new couch Omitted

9) AOB The kitchen at Den Våde Høne-bar is in the process of being repaired and installed correctly. It should be finished within the next week. The presence of mold in the storeroom down in the cleaning room at Den våde Høne may have been treated.

10) Evaluation

Thank you for a great meeting.

Appendices can be found in the full report at www.aub.dk

MÅNEDENS KÆLEDYR!

Vinderen er fundet!

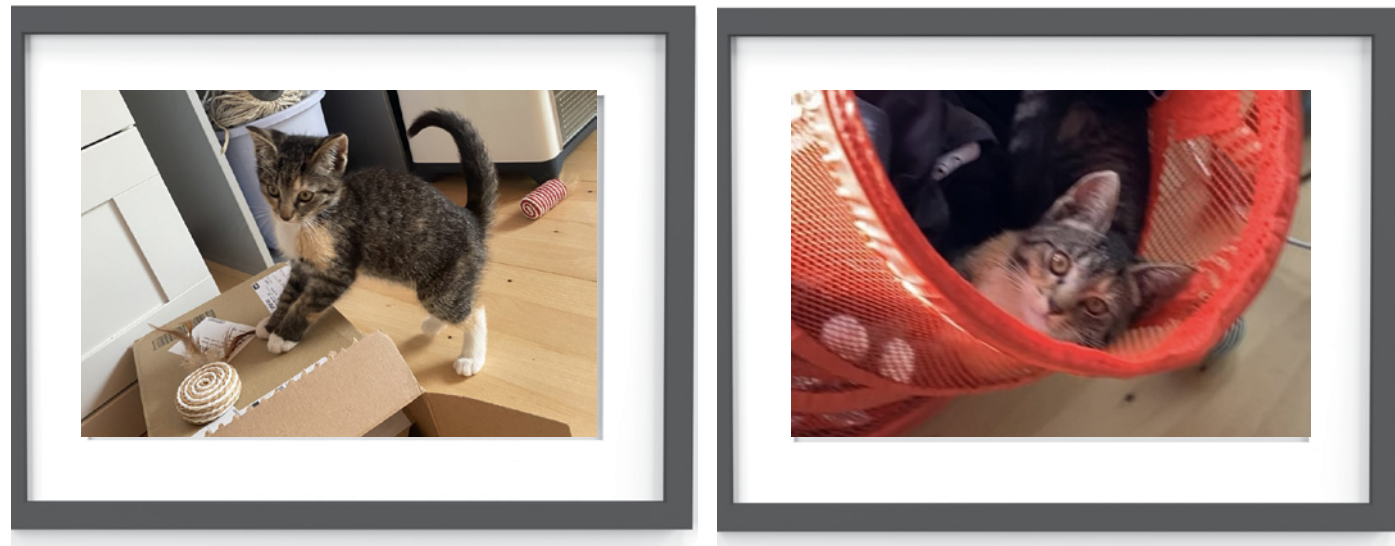
Vi har endnu en gang modtaget en masse gode bud på kæledyr, hvor det har været en stor opgave at vælge en vinder.

Redaktionen har valgt at kåre den søde kiling Mellow, som bor hos sin ejer Sofie, til månedens kæledyr.

Mellow er en killing på næsten 5 måneder. Mellow er en kampe ballademager som elsker at gøre ting man ikke helt må ifølge Sofie. Mellow elsker at snakke og få nye venner når de går forbi min altan :) Stort tillykke med valget som månedens kæledyr til Mellow og Sofie.

Hvis du også vil have dit kæledyr med i konkurrencen om at blive månedens kæledyr, og i sidste ende årets kæledyr i Morbærhaven, kan du sende lidt tekst og billeder af dit kæledyr til fiset@aub.dk inden bladets deadline. Det er ved at være sidste chance for at få dit kæledyr med i konkurrencen.

Bladgruppen glæder sig allerede nu til at se hvilke andre kæledyr, der bor i Morbærhaven.



The winner has been found!

We have once again received quite a lot of great pictures of pets and it has been a difficult task to choose a winner.

For this pet of the month, the editor group has decided on Mellow the sweet kitten, who lives with its owner Sofie.

Mellow is almost 5 months old. Mellow is a real troublemaker who loves to do stuff you're not allowed to according to Sofie. Mellow loves to chat and get new friends when they pass the balcony :) Congratulations to Mellow and Sofie with the pick as Pet of the Month.

If you want to have your pet featured in the competition to be the pet of the month and finally pet of the year in Morbærhaven you can send a bit of text and pictures of your pet to fiset@aub.dk before the deadline.

The editorgroup are really looking forward to see some of the other pets who lives in Morbærhaven.

“

Månedens Kæledyr vinder et gavekort på 50kr. til Maxi Zoo. I Januar 2023 trækker vi lod om Årets Kæledyr 2022 Top 3 vinder gavekort til Maxi Zoo på hhv. 500, 200 og 100kr.



Tak til alle I som har sendt billeder og tekster ind af jeres skønne kæledyr!

Selvom I ikke blev udvalgt denne gang er I velkommen til at prøve igen i næste måned! Måske et nyt billede fra en anden vinkel er hvad der skal til for at I bliver udvalgt? Her har vi samlet en lille stribe af de tætte runner-ups!

GRÆSKARTID! -DEL 2

Af André Falk Rusås

Nu bliver det sundt. Men sundt på den gode måde, hvor man ikke behøver gå på kompromis med smag og mæthed! Og så bliver det endda også fyldt med grøntsager der er i højsæson i Danmark lige nu, så hvis du laver denne ret bare en enkelt gang er dine moralske kvoter over for både klima og dig selv for hele november måned allerede opfyldte, så du kan gå fuldstændigt amok resten af måneden med fuld booking med indenrigsflyrejser på første klasse, svøbet ind i et badekar fuld af fløde og sourcream n onion chips, med persillesovs i drop i døgndrift. November bliver en god måned.

Men før festlighederne kan gå i gang, skal vi lige gennem opskriften først, så her kommer:

STEGT GRÆSKAR MED GRØNKÅL

Antal: 2 prs
Tid: 30 min.

Ingredienser:

1 hokkaidogræskar
1 bundt grønkål
150g røde linser (eller quinoa, hvis du skal være fin på den)
1 chili (selvvalgt styrke)
1 tsk spidskommen
1½ grøntsagsboulliontering
150g portobello eller champignon
1 løg
1 dl vand.
3 fed hvidløg
Peber og salt
Rapsolie (hvis du har råd, ellers kan en anden olie med mild smag bruges)

Fremgangsmåde:

Start med at sætte linserne over. Kog dem i vand i 15-20 min (eller som anvist på pakken) Begynd at skære græskaret ud i ca. 1x1cm stykker.

OBS!
Hvis du aldrig har skåret græskar før, så vær forsigtig. Kniven kan godt smutte. Brug gerne en stor og skarp kniv, skær over på midten først, og fjern alle kernerne (disse kan gemmes og bages til en lille snack). skær så begge stykkerne over på midten igen, og herefter skær alle 4 græskarstykker over på midten

på tværs. Så er græskarret lidt lettere at håndtere. Lad endelig bare skrællen blive på græskarret, hvis du har skyllet det først.

Hak løg og svampe groft.

Varm en pande med olie op, og steg græskarrene nogle minutter, til de begynder at blive lidt bløde.

Tilføj herefter svampene og steg nogle minutter mere.

Tilføj så løg og boullionteringen. Der skal ikke tilføres vand med boullionteringen, den skal blot stege med som smagsgiver.

Når løgene begynder at blive gennemsigtige, tilføjes hvidløg, chili og spidskommen, og lad det stege til det afgiver duft.

Tilføj herefter den ene deciliter vand, at lad det vandstege lidt tid, til græskaret er blødt hele vejen igennem.

Til sidst grovhakker du grønkålen og lader den lige få lidt afstegning på panden, hvor der også smages til med salt og peber, og de nu gerne færdigkogte linser blandes sammen med blandingen.

Servér som du lyster. Eventuelt med bagte græskarkerner (og/eller hampefrø), eller noget syrligt, som creme fraiche.

freepik.com



PUMPKIN TIME! -PART 2

Now this will be healthy. But healthy in a good way, where you don't have to compromise on taste and satiety! And then it will even be filled with vegetables that are in high season in Denmark right now, so if you make this dish just once, your moral quotas towards both the climate and yourself for the entire month of November have already been fulfilled. So you can go completely crazy for the rest of the month fully booked with first class domestic flights, swaddled in a bathtub full of cream and sour cream n onion chips, with parsley sauce in an IV 24/7. November will be a good month.

But before the festivities can begin, we need to go through the recipe first, so here comes roasted pumpkins with kale!

FRIED PUMPKIN WITH KALE

Amount: 2 ppl
Time: 30 min.

Ingredients:

1 Hokkaido pumpkin
1 bunch of kale
150g red lentils (or quinoa if you are fancy)
1 chili (your choice of strength)
1 tsp cumin
Half a vegetable bouillon cube
150g portobello or champignon
1 onion
1 dl water.
3 cloves of garlic
Pepper and salt
Rapeseed oil (if you can afford it, otherwise another oil with a mild flavor can be used)

Directions:

Start with the lentils. Boil them in water for 15-20 min (or as directed on the package)

Start cutting the pumpkin into approx. 1x1cm pieces.

ATTENTION!
If you've never carved a pumpkin before, be careful. The knife may well slip. Feel free to use a large and sharp knife, cut through the middle first, and remove all the seeds (these can be saved and baked for a small snack). Then cut both

pieces on the middle again, and lastly, cut all four pieces on the cross section in the middle. Now the pumpkin is easier to work with. Just leave the skin on the pumpkin if you have rinsed it first.

Coarsely chop the onion and mushrooms.

Heat a pan with oil and fry the pumpkins for a few minutes until they start to soften a little.

Then add the mushrooms and fry for a few more minutes.

Then add the onion and the bouillon cube. No water should be added with the bouillon cube, it should simply be fried as a flavoring agent.

When the onions start to turn translucent, add the garlic, chilli and cumin and fry until fragrant.

Then add the one deciliter of water, let it boil for a while, till the pumpkins are soft all the way.

Finally, roughly chop the kale and let it fry a little on the pan, where you also season to taste with salt and pepper, and the now ready-cooked lentils are mixed with the mixture.

Serve as you wish. Possibly with baked pumpkin seeds (and/or hemp seeds), or something sour, like creme fraiche

SKRIV FOR FISET

Det Sædvanlige Fis søger redaktionsmedlemmer

Har du lyst til at arbejde frivilligt med journalistik, layout eller grafik og illustration? Kunne du tænke dig at være med til at producere et blad der når ud til 1.200 unge og studerende?

VELKOMMEN TIL MORBÆRHAVEN

I Morbærhaven har vi vores eget medie. Og vi laver historier om vores eget liv og de udfordringer vi møder som "morbær-vianere".

Det Sædvanlige Fis - i daglig tale 'Fiset' - er et medie for aktive beboere i Morbærhaven. Vi har til opgave at informere om officielle aktiviteter i beboerforeningen såsom bestyrelses- og fællesmøder og generalforsamlingen, samt at fungere som kanal for beboerforeningens mange forskellige grupper. Udover de officielle bundne opgaver arbejder Fiset for at give inspiration, skabe en levende debat og forholde sig kritisk til forhold der vedrører beboerne; såsom tiltag fra f.eks. AUB, afdelingsbestyrelsen eller kommunalbestyrelsen.

Det Sædvanlige Fis fylder snart 50 år, og fejrer vi med en grafisk og layoutmæssig opstramning og med et ønske om at producere endnu flere relevante indslag og kritiske nyheder for havens beboere.

Derfor har vi brug for dig til at grave de gode historier frem og skrive dem, designe bladets layoutet og den månedlige forside!

Kan det virkelig passe at vores husleje skal være så høj? Hvem har ansvaret for at basketball-banen står faldefærdig hen? Hvad kan vi gøre for at få lov til at blive boende i længe-re tid efter endt uddannelse?

ARBEJDET INDEBÆRER

at skrive fængende artikler, der kan læses af og er relevante for målgruppen.
at finde gode kritiske historier i samarbejde med redaktionen.
at dykke ned i påstandene, lave grundig research og finde de bedste vinkler.
at lave dybdeborende interviews af lokalpolitikere såvel som stamgæster på Den Våde Høne

VI TILBYDER

et frivilligt arbejde, der kan være en indgang til at snuse lidt til mediefaget.
et medie med vokseværk og høje ambitioner, selvom vi arbejder frivilligt.
opkvalificerende kurser i alt fra skrive teknik til Adobes programpakke som f.eks. InDesign, Illustrator og Photoshop.
et hyggeligt fællesskab der arbejder sammen om at infomere og skabe debat hos Morbærhavens beboere.

HVEM ER DU?

du er nuværende beboer i Morbærhaven med gå-på-mod.
du har lyst til at inspirere, debattere eller stille kritiske spørgsmål.
du vil bruge tid og kræfter på at være en aktiv del af redaktionen og er god til at nå deadlines.

Det er bare nogle af de mange kritiske spørgsmål som du kan være med til at besvare som redaktionsmedlem på Det Sædvanlige Fis.

Hvor meget tid, det tager at være journalist på Fiset, afhænger af dig selv, og hvor mange artikler, du har lyst til at skrive. En tommelfingerregel er dog, at en god artikel tager ca. syv timer at skrive, fra idé, over interview til udkast, feedback og færdig artikel. Til gengæld deltager du i et udviklende team der giver dig brugbar feedback, som gør dig dygtigere fra gang til gang.

Arbejdet med layout, grafik og illustration afhænger ligeledes af hvor meget tid du ønsker at bruge. Vi har en rå skitse vi altid arbejder ud fra, men et levende blad er et blad som også visuelt forandrer sig fra gang til gang. Fiset skal ses som din unikke mulighed for at eksperimentere med layout, grafisk produktion og den visuelle udviklingsproces for et moderne blad.

INTERESSERET?

Er du interesseret, så skriv en kort tekst om dig selv, hvorfor du gerne vil være en del af Fisets redaktion og vedlæg måske en idé til en historie eller et eksempel på dit grafiske arbejde, og send det til redaktør Casper Møller på redaktoer@aub.dk.

- OM BLADGRUPPEN

Fiset bliver trykt i ca. 200 eksemplarer og kan hentes i vaskerierne og på administrations- og beboerkontoret.

Har du noget på hjertet og vil du gerne have det med i Fiset? Så send det til os på fiset@aub.dk

Vi tager imod alt fra sjove historier, inspiration til indretning og studievenlige opskrifter, kritiske læserbreve eller flotte fotos eller tegninger . Du kan også aflevere dine indlæg i vores postkasse på nordsiden af Center 3.

Du kan være anonym, men redaktionen skal dog vide hvem du er. Vi bringer ikke kommercielle annoncer, men gerne annoncer og reklamer fra private. Vi forbeholder os retten til at afkorte meget lange indlæg.

Deadline til oktober fiset er tirsdag den 22. november 2022 kl. 17:59
December-Fiset udkommer online torsdag d. 1. december 2022.

Vil du være med til at lave bladet?

Næste deadline- og layoutmøde er onsdag den 23. november kl. 19:00!

Næste arbejdsdage er lørdag den 26. november kl. 11:00!

Du finder os i kælderen under center 3.

Denne måneds blad er lavet af Fisets er lavet af: Casper (redaktør), André, Kjeld, Sabrina, Gaia, Linnea, Kate og Ali

- Redaktionen.



ÅBNINGSTIDER

Administrationskontoret - inspektøren Morbærhaven 100, center 2, 1. sal

Telefon 43 46 23 46

Email tbg@kollegierneskontor.dk

Telefonisk henvendelse		Personlig henvendelse	
Man - Ons	10:00 - 12:00	Man - Ons	13:00 - 15:30
Torsdag	13:00 - 17:00	Torsdag	13:00 - 17:00
Fredag	10:00 - 12:00	Fredag	10:00 - 12:00

Hvis du mister dit beboer/vaskekort kan du få lavet et nyt på Administrationskontoret i Center 2. Det koster 50,-kr., som vil blive pålagt næste huslejeopkrævning.
Husk at medbringe billed-ID.

Du henvender dig på administrationskontoret i åbningstiden ved til- og fraflytning og ved driftsforstyrrelser. Du kan også aflevere miljøfarligt affald (kemikalier m.m.) her.

Ved uopsættelige problemer uden for normal arbejdstid:

Vagt-telefon 30 45 75 80

Kun henvendelser vedrørende følgende forhold vil blive behandlet af vagten:

- Svigt i varmforsyningen i større omfang (i flere lejligheder)
- Svigt i vandforsyningen i større omfang (i flere lejligheder)
- Svigt i el-forsyningen i større omfang (i flere lejligheder)
- Opslæmning i kloak/faldstammer i en grad som kan medføre alvorlige skader.

Kollegiernes Kontor i København (KKIK)

Dahlerupsgade 3, st. 1603 København V

Telefon 33 63 05 00

Email kkik@kollegierneskontor.dk

Telefonisk henvendelse	
Man - Torsdag	10:00 - 12:00 og 13:00 - 15:00
Fredag	10:00 - 12:00

Beboerkontoret

Morbærhaven 85, center 1, stuen

Email beboerkontoret@aub.dk

Personlig henvendelse	
Mandag & Onsdag	19:00 - 20:00
Lørdag	14:00 - 15:00

Den Våde Høne (Resident's Pub)

Morbærhaven 85, center 1, første sal

Fredag & Lørdag 22:00-05:00

OPENING HOURS

If you lose your resident/laundry card you can buy a new one at the Office in center 2. The cost is 50 dkk, which will be added on your next bill.
Remember to bring valid ID.

You can visit the general manager's office in the opening hours when moving and in case of interruptions. Here you can also drop off hazardous waste (chemicals etc.)

In case of urgent issues outside normal opening hours call:

Emergency-phone: 30 45 75 80

Only issue regarding the following matters will be considered as an emergency:

- Heat supply failiure in several apartments
- Water supply in several apartments
- Power supply failiure in several apartments
- Suspension in sewage or waste pipes to a degree that can lead to serious injury.

NAVNE & NUMRE

Vil du deltage i en af gruppernes aktiviteter eller ønsker du blot information? Så kan du henvende dig til en af gruppens kontaktpersoner. De med * markerede personer er udlånsberettigede til gruppens aktivitetslokale.

Would you like to participate in some of the groups' activities or want more information about the groups? Then you can reach out to the coordinators for that group. The persons with an * is entitled to lend the group activity rooms to others.

AGILITYGRUPPEN

Agility Training for Dogs

agility@aub.dk

May*

BEKENDTSKABSGRUPPEN

Acquaintance-group

bekendtskab@aub.dk

Mathias

BLADGRUPPEN

Residents' paper

fiset@aub.dk

Casper* (Redaktør, redaktoer@aub.dk)

DEN VÅDE HØNE

BARGRUPPEN

Bar/Bodega group

hoenen@aub.dk

Robin*

FOTOGRUPPEN

Photo group

fotogruppen@aub.dk

Kjeld*

GAMERGRUPPEN

Gamer group

mgg@aub.dk

Casper*

André*

GENBRUGSGRUPPEN

Thrift group

mbhgenbrug@gmail.com

Stephanie*

KERAMIKGRUPPEN

Pottery group

keramik@aub.dk

Linnea*

KREA-GRUPPEN

DIY group

krea@aub.dk

Ea*

MOTIONSGRUPPEN

Fitness group

motion@aub.dk

Emil*

Rikke

Nicholas

MUSIKGRUPPEN

Music group

musik@aub.dk

Markus*

Martin

NETVÆRKSGRUPPEN

Network group

netgruppe@aub.dk

Tonny*

NYTTEHAVE

Vegetable Garden group

nyttehave@aub.dk

Christina, Nikolaj, Casper

SPIL- & BILLARDGRUPPEN

Board game & billard group

spilgruppe@aub.dk

Sebastian*, Kamilla

SLØJDGRUPPEN

Woodshop group

sløjd@aub.dk

Dan*

Mick*

AFDELINGSBESTYRELSEN

Estate Board

ab@aub.dk

Peter Toxværd

Robin Glenshard

Casper Møller

Katja Grith

André Falk Rusås

Maja Freiler

Jens Hansen

Joakim Stein

Olivia Nørholm

Mia T. Hoelgaard

Emil Solgaard

Rikke H. Döhring

Frederik Terp

SUPPLEANTER

Alternates to the estate board

Phillip Jørgensen

Mai Korsgaard

Cecilie Høj

Philip Guldberg

MEDLEMMER AF AUBs

BESTYRELSE

Tenant-members on the Board of AUB

aub@aub.dk

Casper Møller (formand)

Katja Grith (næstformand)

Phillip Jørgensen (menigt medlem)

SUPPLEANTER

Alternates to the board of AUB

Michelle Hjort

André Falk Rusås

ÅBNE UDVALG

Public committees

Gruppeudvalg: gruppeudvalget@aub.dk

Nøgleudvalg: noegle@aub.dk

Haveudvalg: have@aub.dk

Infoudvalg: infoudvalget@aub.dk

Klagenævn- og indstillingsudvalg:

kniu@aub.dk

KLAGEFORMULAR

Complaint form



<https://www.aub.dk/wp-content/uploads/2016/01/klageformular.pdf>

Printes og afleveres i Administrationens postkasse ved Center 2

Print and submit to the Administration's mailbox at Center 2.

WHAT'S HAPPENING MBH KALENDEREN

November 2022

Tirsdag d. 1.

Hønemøde 19:30
Center 1 – Den Våde Høne (1. sal)

Onsdag d. 2.

Spilgruppenmøde 19:00
Center 4 – Spil- og Billardlokalet (kælderen)

Musikgruppemøde 20:00
Center 2 - Musiklokalet (kælderen)

Torsdag d. 3.

Afdelingsbestyrelsesmøde 19:00
Center 1 – Beboerkontoret (stuen)

Søndag d. 4.

Åbent hus i Genbrugsgruppen 13:00
Center 3 - Genbrugslokalet (stuen) -14:00

Søndag d. 6.

Åbent hus i Genbrugsgruppen 13:00
Center 3 - Genbrugslokalet (stuen) -14:00

Mandag d. 7.

Bekendtskabsgruppemøde 20:00
Center 1 - Den Våde Høne (1. sal)

Tirsdag d. 8.

Hønemøde 19:30
Center 1 – Den Våde Høne (1. sal)

Søndag d. 13.

Genralforsamling 11:00
Center 4 - Fællesalen (1. sal)

Åbent hus i Genbrugsgruppen 13:00
Center 3 - Genbrugslokalet (stuen) -14:00

Mandag d. 14.

Keramikmøde 19:00
Center 4, keramiklokalet (kælderen)

Tirsdag d. 15.

Hønemøde 19:30
Center 1 – Den Våde Høne (1. sal)

Onsdag d. 16.

Fotogruppemøde 19:00
Center 3 – Redaktionen (Kælderen)

Torsdag d. 17.

Afdelingsbestyrelsesmøde 19:00
Center 1 – Beboerkontoret (stuen)

Søndag d. 20.

Kreagruppemøde 18:30
Center 3 - Krealokalet (1. sal)

Mandag d. 21.

Bekendtskabsgruppemøde 20:00
Center 1 - Den Våde Høne (1. sal)

Tirsdag d. 22.

Deadline for artikler til fiset 17:00
Detsaedvanligefis@aub.dk // postkassen Center 3

Hønemøde 19:30
Center 1 - Den Våde Høne (1. sal)

Lørdag d. 26.

Bladgruppens arbejdsdag 11:00
Center 3 – Redaktionen (kælderen)

Åbent hus i Spilgruppen 12:00
Center 4 - Spil- og Billardlokalet (kælderen)

Søndag d. 27.

Åbent hus i Genbrugsgruppen 13:00
Center 3 - Genbrugslokalet (stuen) -14:00

Sløjddruppemøde 12:00
Center 3 - Sløjddlokalet (stuen)

Mandag d. 28.

Gamergruppemøde 18:00
Center 3 – Gamerlokalet (1. Sal)

Netværksgruppemøde 19:00
Center 2 - Netværksgrp.lokale (kælderen)

Genbrugsgruppemøde 19:00
Center 3 - Genbrugslokalet (stuen)

Tirsdag d. 29.

Hønemøde 19:30
Center 1 - Den Våde Høne (1. sal)

Torsdag d. 1. December

Afdelingsbestyrelsesmøde 19:00
Center 1 – Beboerkontoret (stuen)