

Chauffør hjælp med at udvikle sund vejmad

NED MED FRITUREN:

Anker Brink har været med til at udvikle mad, der skal gøre det lettere for danske chauffører at leve sundt. Han har blandt andet testet en version af dansk bøv og mørbradgryde.

Af **Mads Grinderslev**
Tlf. 7211 4063, mgr@jv.dk

TOFTLUND: Det er ikke let at leve sundt, når man tilbringer det meste af sin dag på de danske veje, men i fremtiden bliver det måske knap så svært.

Under projektet SundVej, som blev præsenteret i torsdags i Skanderborg, var blandt andre chauffør Anker Brink fra Toftlund med til at udvikle sunde alternativer til franske hotdogs og frituremad.

Projektet er gennemført af konsulentfirmaet PrimusMotor i samarbejde med blandt andet chauffører, fødevarerproducenter, cateringfirmaer og tankstationsejere. Anker Brink var blandt andet med oppe på en kokkeskole i Silkeborg, hvor kokkene lavede sunde varianter af dansk bøv og mørbradgryde.

– Det var lidt af en oplevelse, at det kunne smage så godt, fortæller Anker Brink, der kører med grise for firmaet SPF.

Tabte sig seks kilo

Han var i 2007 med i et projekt, hvor chaffører skulle prøve at spise sundt.

– Jeg var en af dem, der i 12 dage levede af speciel kost. Jeg smed seks kilo, og jeg skulle have været til læge på grund af mit blodtryk, men det faldt fra 177 til 134, fortæller Anker Brink.

– Vi forbedrede vores reaktionstid med 16 procent, og det var tankevækkende, at man på 100 meter kunne bremse 16 meter før. Så begynder vi at tale om menne-



Fødevareminister Eva Kjer Hansen (t.v.) Anker Brink (t.h.) deltog begge i konferencen, hvor det nye kostkoncept blev præsenteret.

skeliv, fortæller chaufføren, der ændrede sin kost.

– Jeg har levet af min madpakke hjemmefra. Jeg havde altid seks stykker rugbrød med og tit et stykke frankbrød, og hvis det blev sent, fik jeg en pose slik eller en marsbar, fortæller Anker Brink, der i dag kun har tre stykker rugbrød med som så får følgeskab af grøntsager og frugt.

SundVej-projektet gik ud på at skabe velsmagende og sunde retter i en praktisk emballage, så de let kan varmes i en mikrobølgeovn og håndteres i lastbilernes førerhus. Nu skal man forsøge at sælge konceptet, så maden kan komme ud i handlen. Hvis det sker, er Anker Brink klar ved disken, hvis rugbrødsmaderne en dag skal skiftes ud med varm mad.

– Hvis jeg skal ind og købe min aftensmad, så er det helt sikkert det, jeg køber, slår han fast.

” Det var lidt af en oplevelse, at det kunne smage så godt.

Anker Brink, chauffør



Anker Brink (til venstre) smager sammen med kollegerne Kresten Eriksen og Flemming Madsen på sunde alternativer til den fastfood, mange chauffører spiser, når de er ude at køre.

Bibliotekarere besøger Toftlund og Tønder

TIPS: I starten af december kan læseheste få gode råd til nye læseoplevelser.

Af **Mads Grinderslev**
Tlf. 7211 4063, mgr@jv.dk

TOFTLUND/TØNDER: Hvis man er nysgerrig og ger-

ne vil vide, hvad der er udkommet af bøger på det seneste, og hvad der er værd at læse, kan man i starten af december få gode råd.

Tre bibliotekarere fra Aabenraa Bibliotekerne besøger Toftlund og Tønder henholdsvis den 1. december og den 2. december for at præsentere nogle af sæsonens bøger.

– Det er lidt blandet. Det er nye danske romaner fra i år, erindringer og biografier og udenlandske romaner - både krimier, spænding og almindelige romaner, fortæller Pia Kristensen fra Tønder Bibliotek.

– De fortæller, om hvad de synes om bøgerne, og hvorfor de synes, de er rigtig gode, fortæller Pia Kristensen,

der fortæller, at man afholdt et lignende arrangement sidste år og gerne vil gøre det til en tradition.

Arrangementet varer halvdelen til to timer, og der serveres kaffe, mens man hører om bøgerne og får sig en snak om dem.

Det er gratis at deltage.

FAKTA

• HER SKER DET

Tirsdag den 1. december:
Toftlund Bibliotek klokken 16.00

Onsdag den 2. december:
Tønder Medborgerhus klokken 16.00

KIRKEHISTORIE

Hæfte præsenteres

BOVLUND: De sønderjyske frimenighedskirker historie er omdrejningspunkt for et nyt hæfte, som handler om de sønderjyske frimenigheder og deres kirker. I dag er der kun to aktive frimenighedskirker tilbage i landsdelen. En i Rødding (grundlagt i 1874) og en i Bovlund (grundlagt i 1879). Hæftet er skrevet af museumsdirektør Inger Lauridsen. Det fortæller om baggrunden for oprettelsen af frimenighederne, som også har været aktive i Skærbæk, Haderslev, Sundevad og Aabenraa. Det koster 35 kroner og kan købes i Museum Sønderjyllands afdelinger.

Hæftet præsenteres ved en reception i konfirmandstuen ved Bovlund Frimenighedskirke mandag den 30. november klokken 14.

ADVENTSGUDSTJENESTE

Læsninger og sang

TIRSLUND: På torsdag klokken 19.30 er der adventsgudstjeneste i Tirslund kirke.

Den er formet som en musikgudstjeneste med de ni læsninger, der veksles med fællessalmer og korsange. Konfirmander fra sognet medvirker med læsningerne, og Toftlund kirkes børne- og ungdomskor medvirker under ledelse af organist Lars Elmholt Christesen, der også spiller til fællessalmerne. Sognepræst Gerda Melchiorson er liturg.

Efter gudstjenesten inviteres alle til kaffe i forsamlingshuset, hvor menighedsrådet har dækket op, og her fortæller sognepræst Jens Bisgaard en julehistorie. Han har endvidere skrevet flere vers til den sang om Tirslund sogn, som han havde påbegyndt til adventsmødet i 2008.

Alle er velkomne.

navne

20 ÅRS JUBILÆUM

Birthe Hansen, Kærmosevej 1, Stenderup, har tirsdag den 1. december 20 års jubilæum hos hjemmeplejen i Toftlund.

25 ÅRS JUBILÆUM

Kirsten Jensen, Roostvej 9 A, Branderup J, har den 1. december 25-års jubilæum ved Plejecenter Møllevangen i Agerskov.

Kirsten er en meget stabil og dygtig køkkenleder, der trylser dejlige retter frem til hverdag og fest. Køkkenfunktionen har ændret sig meget gennem årene. Senest har udviklingen gået fra modtagekøkken til fuldt udbyggede leve- og bomiljøkøkkener, hvor maden tilberedes ude i de enkelte køkkenenheder. Kirsten har forstået at tilpasse tiden forskellige krav - men stadig med hovedvægten på de gode, velsmagende retter, som beboerne sætter pris på. Jubilæet vil blive markeret ved en lille sammenkomst på Møllevangen.