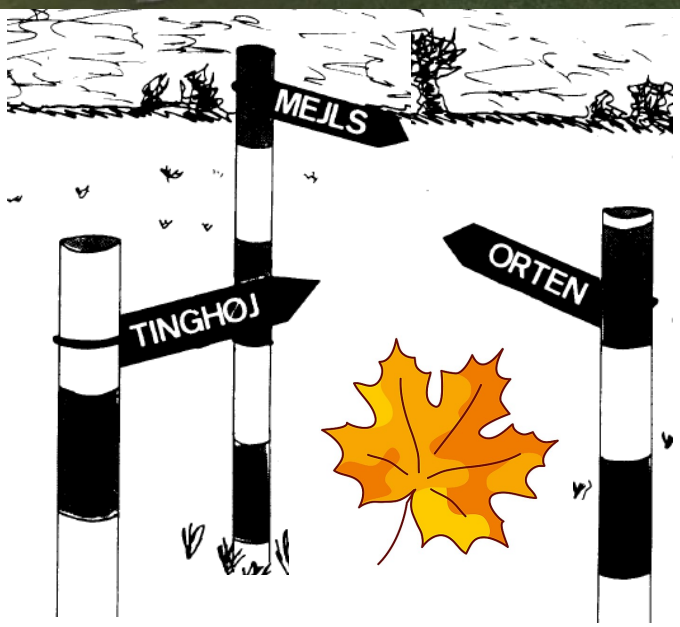
STAFETTEN

Opstartsarrangement for de frivillige i MOT G&U



Nummer 9

Oktober 2021

Senior fitness

J dag & Mortensaften

Floorball

Svømning

Halloween

Julemarked

Fonden Tinghøjgård støtter

M.O.T.

Udførelse af kvalitets tømrer-, snedker- og finerarbejde
- Ring til
Andersen & Andreasen
Stålværksvej 3 • 6800 Varde
Tlf. 75 21 19 11
Bil tlf. 20 22 09 11 - 40 21 79 11
www.vardemaskinsnedkeri.dk
Varde Maskinsnedkeri Aps

Elmely Maskiner
Poul Nielsen
Mejls
75261118/20261118

Jordbrugskalk
Alm. Spredning eller GPS
S.Haltrup 51213460
HK.Haltrup 75261307-20639712

Tinghøj Forsamlingshus
Stilbjergvej 57, Tinghøj
Tlf: 2876 8140

TINGHØJ SMEDE
23 34 72 97

AUT. VVS
TINGHØJ SMEDE & MASKINFORRETNING A/S
75261015

Sydvestjysk Klovpleje
Tilfredse køer - ren fornøjelse
v/Jørn Stein
Stilbjergvej 43 X
Tinghøj
6800 Varde
Tlf. 61 54 11 04

L. K. Mortensen & Søn

VOGNMANDSFORRETNING
AGERTOFTEN 16 · TINGHØJ
6800 VARDE · TLF. 75 26 13 17

Vildtkameraer
fra 579.-
specialkamera.dk

Generalforsamling i MOT G&U

Der afholdes generalforsamling i Mejls-Orten-Tinghøj Gymnastik- og Ungdomsforening
torsdag d. 11. november 2021 kl. 19.00 i MOT-Multi.

Dagsorden:

1. Valg af dirigent
2. Valg af stemmetællere
3. Beretning af foreningens formand
4. Beretning fra udvalgene i alfabetisk rækkefølge
5. Beretning og regnskaber ved kassereren
6. Indkomne forslag.
7. Valg af bestyrelse (jf. §7). På valg er:
   Dennis Port
   Bo Andersen
   Dorthe Pallesen
8. Valg af revisor og dennes suppleant
9. Evt.

Forslag der ønskes behandlet på generalforsamlingen skal være formanden i hænde senest en uge før generalforsamlingen afholdes.

Formand Dennis Port kan kontaktes på tlf. 51289661 eller mail: formand.motgu@gmail.com

Inden generalforsamlingen vil bestyrelsen gerne være vært ved et stykke smørrebrød og en øl/vand. Husk tilmelding.
Dette foregår kl. 18 i MOT-multi.

Tilmelding til generalforsamling og spisning skal ske til Conny Fischer på tlf.nr: 23461002 eller mail: kontakt@laeringsrum.dk, senest d. 4. november 2021.

Forældre / barn gymnastik

Du kan nå det endnu!

Alder: 0–3 år

Sted: MOT-multi

Tidspunkt: mandag 15:45 – 16:45
(Hvis du først kan fra kl. 16 er det også ok)

Tag dit barn med til **sjov, sang og leg**. Vi skal udfordre motorikken, bl.a. på små redskabsbaner, øve vores balance, synge rim og remser og have det **super sjovt og hyggeligt**. Om du er mor, far, bedsteforælder, tante, veninde eller lign. er du velkommen på holdet.

Tilmeld dig på www.mot-gu.dk/gymnastik

Marlene gerne med spørgsmål – 2296 9944

JULEMARKED I MEJLS

TINGHØJ FORSAMLINGSHUS AFHOLDER J. DAG

FREDAG DEN 5/11 KL. 18.30

MENU

Marineret og kryddersild med karrysalat
Hjemmegravet laks med rævesovs
Æg og rejer
Stegt fiskefilet med citron og remoulade
Ribbensteg med rødkål
Lun leverpostej med champignon og bacon
Tarteletter med høns i flødeasparges
Stegt medisterpølse med sønderjysk hvidkål
Skinkemedaljoner med bløde løg og surt
Brie med druer og peberfrugt
Ris`a la mande med lun kirsebærsovs
PRIS KR. 175 PR. KUVERT, BESTILLES SENEST DEN 30/10
TLF. 22570259

TINGHØJ FORSAMLINGSHUS AFHOLDER MORTENSAFTEN

ONSDAG DEN 10. NOVEMBER KL. 18.30

FRA BUFFET

Andesteg, flæskesteg, rødkål, brune og hvide kartofler, chips og flødesovs
Ris`a la mande med lun kirsebærsovs
PRIS KR. 150 PR KUVERT, BØRN UNDER 12 ÅR HALV PRIS
KAN OGSÅ BESTILLES SOM TAKE AWAY
(KUN MELLEM 17.00 OG 18.00)
BESTILLES SENEST DEN 5/11 TLF. 22570259

Halloween i Mejls

Mørket har slået porten ind og
nattens uvæsner holder fest ved den hjemsøgte Å.
Tør du gå en tur ved Åen, så kom
Der vil være masser af gys, lyde, zombier
og skrækkelige overraskelser.

Søndag den 31. oktober 2021

Vi rasler med knoglerne fra kl. 17.45 til kl. 20.00

Vi slutter af med en lille forfriskning i mørket

Praktisk info

Vi mødes i skolegården ved cykelskuret. Her vil der
være information og i vil efterfølgende blive sendt af
sted i små grupper. Se tidsplanen
Der vil ikke være voksne som kan følges med dig, så
husk at tage din mor eller far med, hvis du har brug for
det. **Husk lommelygte**

Det hele er ganske gratis.

Gerne tilmelding til Lise Runge
på mobil **42 39 08 18**
senest den 28. oktober....

Med halloween hyl og hjemsøgte hilsner fra

Os der er vilde med Halloween

Tidsplan for Halloween i Mejls

Her er tidsplanen for hvornår de enkelte klassetrin bliver sendt afsted.

Kl. 17.45 0. klasse

Kl. 17.50 0. klasse

Kl. 17.55 1. klasse

Kl. 18.00 1. klasse

Kl. 18.05 2. klasse

Kl. 18.10 2. klasse

Kl. 18.15 3. klasse

Kl. 18.20 3. klasse

Kl. 18.25 4. klasse

Kl. 18.30 5. klasse

Kl. 18.35. klasse

Kl. 18.40 6. klasse

Kl. 18.45 7. klasse

Kl. 18.50 8-9 klasse

Samt vovede voksne

Praktisk info

Velkommen i Vores Fitness.

Om du er ung, moden eller senior, så er du velkommen i vort lokale fitnesscenter

Som noget nyt, starter vi nu et hold op med **Senior Fitness**.
Første gang er
tirsdag den 26 oktober kl. 9:30, det fortsætter hver tirsdag hen over vinteren.

Der vil være fokus på balance og hjernegymnastik, og vi slutter hver gang af med kaffe.
Tilmelding på MOT G&U hjemmeside. Hvis du ønsker hjælp til tilmeldingen så mød op i Vores Fitness, i vores instruktørtid 😊 som er:
Torsdag kl. 19.00-20.00
Lørdag kl. 10.00-11.00

Vi glæder os til at se jer
Hilsen Marie & Jeanette

VORES FITNESS MOT G&U

Mandags gå-klubben
Vi fortsætter KUN med kl. 9.00-10.00 holdet.
Såfremt nogle ønsker en kortere tur evt. 1/2 time - så ring til 51 55 30 77, så finder vi ud af det.
Vi kan sagtens være flere på gå holdet, så mød op ved Vores Fitness i Tinghøj hver mandag kl. 9.00.
Vi får masser af frist luft, social samvær og motion for snakketøjet.
Kh Margit, Lisbeth, Marian & Ulla

HIT FIT DANCE

Hit Fit Dance er det ultimative alternativ til fitnesscentret.

Opstart: tirsdag d. 17-08 2021 kl. 17.00-18.00

Sted: Tinghøj Forsamlingshus. **Instruktør:** Heidi Hougaard
Pris: 825 kr. medlemmer 700 kr.

LINE DANCE – MIX-HOLD

Nyt nyt: Linedance starter med ½ times tringennemgang fra kl. 18.00 til 18.30

Vi mixer lidt nyt og gammelt, og der er også plads til nogle begynderdanse (letøvet niveau).

Opstart: onsdag d. 8. september 2021

Vi danser onsdage fra 18.30 til 20.00 incl. pauser.
Pris: 870 kr. **Medlemmer:740** kr. (36 lektioner)
Undervisningssted: Tinghøj Forsamlingshus, Tinghøj. **Instruktør: Berend Ziengs**

SPINNING – HOLD 1

Hvis du ikke er bange for at svede, gerne vil i form samt smide nogle kilo på rekordtid, så er der kun ét at gøre: Prøv spinning!

Tirsdag d. 28. september 2021 kl. 18.00 til 19.00 Hold 1

Kursussted MOT-MULTI ved Mejls-Orten-Tinghøj Friskole
Pris: Kr. 700,- for 23 gange. Medlemmer: 595,00 kr.

Tilmelding – sms 4046 7794

Se mere på www.familiefritid.dk og i udsendte program.

Junior Floorball.
Onsdage 17.30-19.00.

Så er vi endelig i gang igen, med en ny sæson af floorball.

Og,- det er KUN for sjov...
Selvstændig opvarmning, og så fuld smadder på spillet.
Tag far, eller mor med, eller begge, eller omvendt.
Der er plads til alle..
Junior Floorball egner sig bedst fra 5 klasse og opefter.
Vi ses i MOT-Multi.

Senior Floorball.
Onsdage 20.00-21.00.

Kom til Senior Floorball.
Vi okser rundt i en god times tid, og der er ingen pauser.
Kom og mød en flok glade mennesker fra lokalområdet, og få pulsen op, og et godt grin.
Vi passer på hinanden, så ingen fare for brækkede ben.
Vi ses i MOT-Multi.

Familie svømning 2021/2022.

Så starter den indendørs badesæson i Varde Svømmehal.
Svømmehallen er tilgængelig hver søndag fra 17:00 til 18:00 med opstart fra d 26/9 2021.

Pris ved 1 person 450 kr.
Pris ved 2 personer 550 kr.
Pris ved familie 700 kr.

For at deltage skal du være medlem af MOT-G&U.
Betalingen samt tilmelding foregår på conventus inden første fremmøde. Du kan følge linket her:
http://www.mot-gu.dk/Hold---tilmelding-211462

Svømmetider
Inden jul:
Sep: 26.
Okt: 03., 10., 17., 24., 31
Nov: 7., 14., 21., 28.
Dec: 5., 12., 19.

Efter jul:
Jan: 2., 9., 16., 23., 30
Feb: 6., 13., 20., 27.
Mar: 6., 13., 20.

Har du spørgsmål, kan du kontakte Nathasia på tlf. 2621 9827

Vi ses!

Vigtig information.
Det er tilladt at klæde om fra kl.16:45, og man må ikke gå i vandet før kl. 17:00.
Man skal være oppe af vandet senest kl.18:00 og ude i gennem billet systemet senest kl. 18:15.

Armbånd
Udlevering af armbånd foregår de 3 første søndage d. 26/9, 3/10 og 10/10. fra kl 16:35-16.50 i Varde Svømmehal.
Aflevering af armbånd skal ske d. 20/3 fra 18.00 – 18:15 i Varde svømmehal.
Ikke afleverede armbånd koster 100 kr. så pas godt på dem.

MOT G&U

Bestyrelsesmøde MOT G&U d. 22. september 2021

Deltagere: Dennis Port (formand), Dorthe Pallesen (kasserer), Bo Andersen, Conny Fischer (sekretær/referent). Fraværende: Nathasia Jensen (næstfmd)

Foreningsudvikling

- Bo gennemgik skema for halleje og viste i praksis, hvilke muligheder, der er i det.
- Vi har flere gange snakket om et internt conventus-kursus.
  Nu fik vi fastlagt en datoen til 11/6-22, så vi er i god tid inden medlemsoplysningerne skal opdateres i forhold til en ny sæson.

- I forhold til retningslinjer for de frivilliges brug af frikontingent, er det besluttet, at det er personligt og derfor udelukkende kan bruges til personen (den frivillige) selv.
  Frikontingentet kan bruges til holdsport og ikke til fitness, badminton og svømning.
  Instruktører i fitness har dog en aftale om kunne træne gratis i fitness.
- Sponsorgaver:
  Når det er relevant, at MOT G&U giver sponsorgaver, har vi besluttet, at frikontingent (gavekort) kan gives.
  Disse gavekort/frikontingenter skal aktiveres indenfor 1 år.

Frivillighedsudvikling

- Evaluering af opstartsmøde for trænere, hjælpetrænere og instruktører:
  En rigtig god aften med fin opbakning.
  Stemningen var god og vi fik grinet og hygget os sammen.
  Samtidig var der mulighed for at stikke hovederne sammen på de forskellige hold og aktiviteter og få snakket opstarten igennem og kigget på relevante kurser.
  Der blev snakket om, om det kunne være relevante med et lignende arrangement engang i foråret, hvor vi satte et emne på, der berører alle.

Drift/nyt fra udvalgene

- Som noget nyt er "nyt fra udvalg" skriftliggjort og gennemlæst inden bestyrelsesmødet, så det kun er eventuelle spørgsmål, der drøftes på mødet.

Evt.

- Næste møde er d. 25./10 kl 19 i MOT multi.
- D. 11./11. er der Generalforsamling kl 19 i MOT multi.
  Kl 18 er bestyrelsen vært ved et stykke smørrebrød + 1 øl/vand.
  Nu når Corona ikke begrænser os mere, håber vi at se rigtig mange, så HUSK TILMELDING.

GYMNASTIK OPSTART UGE 37

Vi beder om, at alle er tilmeldt holdet inden opstart
(tilmeldningen kan ske på mot-gu.dk)

Mandag:	Tidspunkt:	Sted:
Forældre / barn Instruktør: Stephie og Marlene	Kl. 15:45 - 16:45	MOT Multi
Springmix 16+ Instruktør: Thomas	kl. 17.30-18.30	MOT Multi
Tirsdag:		
Puslinge (3 - 4 år) Instruktør: Lene Hjælpetrænere Nanna, Ditte, Mathias + Jytte	Kl. 15:30 - 16:30	MOT Multi
Minitons (5 år + 0.kl) Instruktør: Mette. Hjælpetrænere: Ditte, Amalie S, Laura + Grethe	Kl. 16:30 - 17:30	MOT Multi
Herregodt (opstart efter efterårsferien) Instruktør: Steen og Svenning	kl. 20:00 - 21:30	MOT Multi
Onsdag:		
Kom i form holdet Instruktør: Helle	kl. 19:00 - 20:00	MOT Multi
Torsdag:		
Powerholdet - "Drengetons/pigetons" (1.-3. kl) Instruktør: Thomas og Helle. Hjælpetrænere: Jasmin, Amalie R, Christian, Trine	kl. 16:15 - 17:30	MOT Multi
Spring 10+ (4.kl-9.kl.) Instruktør: Henry. Hjælpetrænere: Sannah	kl. 17:30 - 19:00	MOT Multi
De "unge"piger 25+ Opvisningshold Instruktør: Helle og Birgitte	kl. 19:00 - 20:30	MOT Multi

VI SER FREM TIL EN NY OG AKTIV GYMNASTIKSÆSON

Lokalopvisning søndag d. 27. marts
Områdeopvisning, Ølgod, d. 18.-20. marts

Julemarked i Mejls

Kom til vores hyggelige jule- og familiebazar lørdag den 20. nov. fra klokken 10-15 med 100 stande i MOT-Multi. Der er gratis entré! Der er også masser af aktiviteter for små og store på friskolen og Engen, som er smukt julepyntede.
Kom og find årets juledekoration, julebag, julegaver eller gode loppefund til ungernes kalendergaver!
Du kan købe varm frokost på skolen og pølsehorn, drikkevarer, kaffe og kage i MOT-Multis julecafé. Børnehavens julestue byder på æbleskiver, gløgg og varm kakao.

BOOK EN STAND:

OBS der må ikke sælges fødevarer!

1 stand 150 kr. (80x200cm.)
2 stande 200 kr. (80x400 cm.)
3 stande 300 kr. (80x600 cm.)
Send en mail til:
bazar.motmulti@gmail.com
eller kontakt Ea Rodahl på
22 91 72 99

Gevinster i Præmiespil

Trækning for **oktober 2021**

Støtteforeningen for Mejls-Orten-Tinghøj Friskole, Naturbørnehave & Vuggestue

To førstepræmier á 200 kroner:

Numrene: 166 og 5

Fire andenpræmier á 150 kroner:

Numrene: 130, 135, 46 og 91

Ni tredjepræmier á 100 kroner:

Numrene: 73, 219, 225, 162, 230, 224, 8, 187 og 242

Her er plads til din annonce
... i farver!

Anne-Dorthe Helth
CORRECTIVE SOUNDS PRACTITIONER
www.annedorthe-kinesiologi.dk

Deadline for indlevering

Nr. 10	19.10.2021
Nr. 11	23.11.2021

SCHANTZ BYG A/S

Kvalitet til tiden

Entreprenør - Kloakmester - Vognmand

VARDE • 75 22 39 98

TINGHØJ MOTORSAVE A/S
Maskiner for Skov- & Havebrug
Stilbjergvej 86 – 6800 Varde
Tlf. 75 26 13 41
www.tinghoj-motorsave.dk

Vigsøs Madcirkus
Smørrebrød, sandwich, tapas m.m.
Selskaber, koldt og varmt m.m.
Ring eller mail for menu / priser
22 57 02 59
v.madcirkus@gmail.com

Palle Lund
Stilbjergvej 60 Tinghøj
6800 Varde
7694 7062 2483 0740

VS SEKRETÆREN
v/ Lise Ølgod
Stilbjergvej 17 · 6800 Varde
2183 4459
Alt vedr. bogholderi udføres

linding biler

Skjern Maskinforretning A/S

Tinghøj Service Udlejning
Tlf. 75 26 14 86 – Mobil 51 24 14 86
Udlejning af telte, service, borde, stole, festgrill, hoppepuder og borge m.m.

Belægningsarbejde og haveservice
HT. Belægning og Service
v/ Henning Thomsen, Blaksmark
Ringkøbingvej 176, 6800 Varde
Tlf. 24 46 97 37—75 26 13 86

LMR-TEKNIK
www.lmr-teknik.dk
30300895

Stilbjerg Bed & Breakfast
Ringkøbingvej 143
6800 Varde
0045 30250833
www.stilbjerg-bedandbreakfast.com

Lokalblad for Mejls, Orten og Tinghøj

Mejls:	Inger Knudsen, Gl. Landevej 19, Mejls	40 13 46 25
Tinghøj:	Inge Jacobsen, Stilbjergvej 48, Tinghøj	24 47 46 56
Tinghøj:	Ulla Pedersen, Grøntoften 13, Tinghøj	51 55 30 77
Orten:	Nina Wolff, Ortenvej 163, Orten	22 94 88 26

Stafetten udkommer i 525 eksemplarer 11 gange årligt den første i hver måned, undtaget juli. **Annoncer:** Kontakt Inge Jacobsen.
Indlæg sendes som Word-fil til: **mot.stafetten@gmail.com**

SVEIGAARD PARK

V/ Morten Campolin Sveigaard
Mejlsvej 50, 6800 Varde
Telefon: 60 16 28 00

SVEIGAARD PARK

Teglgårdens
Tømrer & Snedker
v. Peter Lorentzen
Rosengårdvej 49 - Frisæd - 6800 Varde
29 44 55 48 • 75 22 23 06

Mangler du
Overnatning?
Armvang B&B / lejlighed
Tlf 28511871 Lene.ansberg@gmail.com

AUT. INSTALLATØR
KASTER&JESSEN ApS
VVS OG BLIK
Navervej 6 – Varde
Tlf. 75 22 02 56 75 22 48 76
Mobil 40 42 72 56 Fax 75 22 55 40

JYSKE BANK
Lerpøtvej 1, Varde
Tlf. 89 89 82 40
www.jyskebank.dk

Alex Kjeldsen
21 26 71 17
alex@ao-elteknik.dk
Www.ao-elteknik.dk
AO EL-TEKNIK

TØMRERMESTER
HENNING KRISTENSEN
Ortenvej 90
Tlf.: 20225809

Mejlsvej 85, Mejls
6800 Varde
Telefon 20 220 353
jacob.bjerre@newmail.dk
JACOB BJERRE
INDUSTRI MASKINER

Aut. VVS og energi installatør
Pe'Smed VVS
NIELS B. OLESEN'S EFF.
www.pesmed.dk • Tlf. 7519 5222
Reparation, service og installation af alt indenfor ENERGI og VVS installationer
ARBEJDSGIVERNE
INDUSTRI & HÅNDVÆRK
GARANTI