

Livsnyderne

Livsnyderne er et koncept, der byder på særlige oplevelser for dig, der har valgt at fylde din tilværelse med meget af alt det gode, livet også har at byde på.

RING 72 13 23 01 ELLER
SE MERE PÅ NORD.AOF.DK

EU-ØL-RUNDTUR, PART 2

Den eminente fortæller og store øl-entusiast, Niels Tikjøb Olsen, tager os med på øl-rundtur 2 i EU-landene. Hør sjove og spændende anekdoter fra hans mange besøg på alverdens bryggerier. Vi skal endnu engang smage 10 forskellige øl. Der serveres en lettere anretning, og måske bliver der også plads til en øl-sang. Ta' din ven med til en hyggelig aften.

Fredag den 27-10-2017, kl. 19:00

Kr. 199

Tinghusgade 3, Nrs.

Holdnr. 0652

ØL- OG KULTURREJSE

Ta' med på en forrygende „Øl- og kulturrejse til Tyskland“ Med Niels Tikjøb, ølentusiast og kender af alverdens bryggerier, som arrangør og turguide. Øl, bryggeribesøg, kulturoplevelser, vandring m.m. Læs mere på www.nord.aof.dk, hvor der også er tilmelding. Søg på holdnr. 4216.

**Torsdag den 24-05-2018, kl. 07:00
til søndag den 27-05-2018 kl. 21:00**

Kr. 3250

Holdnr. 4216

STILHED: HVAD GØR DEN, OG HVORDAN BRUGER VI DEN?

Stilhed er det nye sort. Men hvad er stilheden egentlig, og hvordan kan du bruge den i en støjende hverdag? Bastian Overgaard arbejder professionelt med at bringe stilhed på arbejdspladser. Denne aften viser han, hvordan du helt konkret kan bruge stilheden i dit private liv. Bliv klogere på, hvordan stilheden gør dig sundere, forbedrer din hukommelse og skaber nærvær i dine relationer. Hvordan påvirker støj os? Og hvorfor forstyrrer for meget snak faktisk det, vi vil sige? Med letforståelige eksempler vil Bastian afmystificere mange af de fordomme, der gør, at mange undgår stilheden. Bastian Overgaard er seniorkonsulent og ekspert i Silent Co-creation, som er omtalt i bl.a. Børsen, Politiken, DR Aftenshowet og Radio 24-syv.

Tirsdag den 10-10-2017, kl. 19:00

Kr. 125

Aftenskolernes Hus, Kjellerupsgade 18-20

Holdnr. 0653

BØRN OG GLADE KYLLINGER

Hvornår smager en kylling bedst? Tag børnene med til en dag, hvor vi selv fanger, slagter og parterer. Bagefter går vi i køkkenet og laver god mad, spiser og hygger os sammen. Hils også på gårdens andre dyr. En dag, hvor børnene lærer ved at prøve selv, og hvor madlavning, råvarer og smagsløg er i fokus. Pris voksen inkl. barn.

Lørdag den 16-09-2017, kl. 14:00 – 18:00

Kr. 150

Spirelyst, Hvalpsundvej 7, 9240 Nibe

Holdnr. 0658

OBEVARING AF HAVENS HØST TIL HELÅRSFORBRUG

Fra Friland får vi besøg af Karoline Nolsø og Tycho Holcomb. De ved om nogen, hvad det handler om, når vi taler om viden og optimal udnyttelse af din haves høst. De lærer dig om selvforsyning og havens forskellige grøntsager og frugter i forhold til opbevaring og konserveringsmetoder: mælkesyre-gæring, vin og cider, henkogning, fermentering, koldrum og tørring. Vi ser på og benytter forskellige køkkenredskaber, der kan medhjælpe til at spise af din haves høst hele året, bl.a. Davebuilt nøddeknækker, Victoria Mill Frugtpresse, m.fl. Vi laver forskellige produkter. Incl. let grøn frokost.

Lørdag den 07-10-2017, kl. 10:00 – 16:00

Kr. 399

Seminarieskolen, Mylius Erichsens Vej 127

Holdnr. 9213

AMERIKANSK THANKSGIVING

Sammen med den amerikanske kvinde, Kylene Peters-Bak, laver vi mad, bl.a. kalkun, stuffing, tærter, søde kartofler med skumfiduser, tranebærcompot m.m. og fejre højtiden Thanksgiving med alle dens traditioner. kr. 50 til råvarer. EKSTRA: Allerede den 23. november kan du være med til quiz, historiefortælling og servering af Thanksgiving-middag for kun 50 kr. ekstra.

Torsdag den 23-11-2017, kl. 18:00 – 20:45

Niels Ebbesens Gade 14

Lørdag den 25-11-2017, kl. 10:00 – 14:00

Seminarieskolen, Mylius Erichsens Vej 127

Kr. 150

Holdnr. 9215

BÆREDYGTIG MAD OG VIN

Vi inviterer til en spændende vinsmagning af bæredygtige vine - nogle af de bedste vine på markedet. Efterspørgslen er stigende og får stadig større fokus på vingårdene. Hvad er egentlig forskellen, når vi taler smag, produktion, pris m.m. Penny Lane serverer god og bæredygtig mad til denne aften, hvor vi sammen med Ib Kjærulf fra Menu smager 10 forskellige vine med fokus på øko, bio, vegan og naturvin.

Fredag den 03-11-2017, kl. 19:00

Kr. 350

Penny Lane, Boulevarden 1

Holdnr. 0660

DANS DIG GLAD I LÅGET

Musikken er eliksir for sjælen, og når vi danser til de forskellige rytmer, nærer vi den. Alle kan danse, man skal bare turde lade musikken overtage kroppen og lytte til sjælen. Vi garanterer, at du bliver glad i låget af at danse! Sammen med Ada og Gifty danser vi sydamerikansk dans, når det er bedst og afrikansk dans, som kun afrikanerne gør det med glæde og tempo. Alle kan være med.

Lørdag den 23-09-2017, kl. 10:00 – 14:00

Kr. 199

AOF, Mylius Erichsens Vej 1, 9210 Aalborg SØ

Holdnr. 3249

60'ER FEST

Vi mindes en gylden tid med et genhør af de største fra dengang!

Flemming Retbøll kender om nogen til musikken fra dengang. Han præsenterer masser af god musik, først som foredrag og bagefter som DJ. Find danseskoene frem, nyd musikken og hinanden. Cliff, Beatles, Stones, Kinks, Elvis. Vi kender dem alle! Også de danske Hitmakers, Defenders, Peter Belli m.fl. Aftenen starter med spisning, inden vi tager på en musikalsk rundrejse med facts, anekdoter og minder fra dengang. Og så er der dans! I samarbejde med fanklubben Stronger.

Lørdag den 28-10-2017, kl. 19:00

Kr. 250

Cafe Frederiksberg, Hadsundvej 1

Holdnr. 0659

VEL MØDT
ANITA ROKKEDAL

