



Nu vil Lars også i Folketinget

SIDE 5



Sidste skoledag efter 38 år

SIDE 12



Mulle runder et skarpt hjørne

SIDE 43



Foto: Lærke Bjørn Bang

Jytte og Jesus bor på Kongsgaard

SIDE 4

KRUDTTOSSEN.DK

VÆRDIKUPON

Klip annoncen ud og indløs 1 stk. GRATIS batteriholder til en værdi af 29,95.

Fyrværkeri demo

27.-28.-29. december kl. 19

- vi gi'r gratis øl, vand og pølser med brød



Åbningstider:

27/12 09.00-21.00

28/12 09.00-21.00

29/12 09.00-21.00

30/12 09.00-21.00

31/12 08.00-17.55

OBS!
Kun 1 stk.
pr. kunde

Krudttossen.dk - Assensvej 301 - 5690 Tommerup

VI ØNSKER ALLE
VORES KUNDER EN
GLÆDELIG JUL
SAMT
ET GODT NYTÅR



- PÅ GENSYN I DET NYE ÅR

BOOK ONLINE PÅ:
www.hairbynybo.dk

HairByNybo

SKOLEVEJ 7A | 5590 TOMMERUP | TLF: 5182 7788

Få dine lokale nyheder på
LokalAvisenAssens.dk



LokalAvisenAssens.dk

Ugens tilbud

Kød, troværdighed og godt slagterhåndværk



**Smørbrød til
Nytårsaften**

Bestil i
god tid

Pr. stk. **25,-**

HUSK at vi har åbent mandag 31.12 fra kl. 8-13 til udlevering af nytårsmenuer og FORUDBESTILTE varer i form af bøffer, stege, smørbrød og mad ud af huset. HUSK at bestille på forhånd!



mad med mere

Leif Laustsen

Østergade · Assens · Tlf. 64 71 10 58

LYKKEEKSPERT NATHALIE DAHL

Alle har kærlighed i sig, men nogle gange skal man arbejde lidt for at få den fantastiske følelse til hverdagen igen, især hvis du blev skuffet, har oplevet kærestesorg, blev fravalgt, blev forladt og/eller simpelthen har mistet troen på kærlighed.

NATHALIA DAHL

Skab den gode julestemning

Nathalie Dahl
assens@fyens.dk

I barndommen er julen ofte forbundet med mirakler og med tiden, hvor de dybeste ønsker bliver opfyldt. Når du bliver voksen, mister du troen på julemanden og selv på det, at mirakler findes. Du bliver til en mere realistisk person og ofte mere materialistisk samtidig og stopper desværre med at mærke det fundamentale, som er inde i dig, og som er alfa og omega for alt andet i livet.

Paradokset ligger i, at det at tro på nogen eller noget er nøglen. Tro på gode ting som kærlighed, håb, succes, tro på dig selv og på gode mennesker omkring dig og også på, at vi allesammen er forbundet.

Tro er et stærkt fundament for alt andet omkring dig og for alt, hvad det sker med dig på livets vej.

Det er aldrig for sent for at starte med at tro på det igen. At få den oprigtighed og daglige begejstring frem, som alle børn har fra natur af og som blev gemt og glemt undervejs.

"Der findes kun to måder at leve livet på. Den ene er, som om ingenting er et mirakel. Den anden er, som om alting er et mirakel" - Albert Einstein

Lige så snart du begynder at tro på, at der kun sker godt i dit liv, kan du også opfatte dit liv anderledes, mere positivt og værdifuldt. Du vil komme til at føle dig tryk, afslappet, glad og tilfreds. Uanset den situation, du er i lige nu.

Når du begynder at forvente mirakler hver morgen, får du dem også, hvis du virkelig tror på dem. Du kommer tættere på dig selv og får lyst til at give kærlighed til andre uden nogle forventninger. Den slags kærlighed kommer tilbage til dig, og det er livets eliksir.

Den første skridt til et liv med hverdagsmirakler er en forståelse af taknemmelighed, og den bedste start på det nye kapitel i dit liv er i dag, hvor julestemningen er så

fantastisk, følelsen af kærlighed er i luften, og selve ordet jul giver et smil på læberne og giver en opløftet energi i de mørke tider.

Taknemlighed

Du kan ændre dit liv på kun få dage, hvis du begynder at være mere taknemmelig. Med taknemmelighed kan du fjerne dine negative tanker og blive mere positiv, du kan forbedre dit forhold til dine kære, få mere energi, lettere acceptere de ting, som sker for dig, og leve i nuet.

Taknemmelighed er som sagt en forudsætning for at kunne få mere indhold i tilværelsen.

Her er tre guldkorn, som hjælper dig til at aktivere positiv virkning af taknemmelighed i dagligdag:

1. Med taknemmelighed får du en perfekt start på dagen: Når du lige er vågnet, find alt det frem, du er glad og taknemmelig for i dit liv. Du kan sige tak for, at du har en dejlig familie, for at du er rask, for dit arbejde, for at det er dejligt vejr, solen, havet, blomster om foråret, for at du kan se, høre, gå, for alle de muligheder du har. Listen er lang, du skal bare lære at se den.

2. Med taknemmelighed kan du ikke være negativ: Når du begynder at tænke negativt, så prøv at finde 5-10 ting, som er positive i din situation. På den måde fjerner du din negative tankegang og begynder at tænke positivt, da du skifter fokus til de gode ting i dit liv.

3. Med taknemmelighed kan du løse konflikter eller rette på misforståelser: Når du føler, at du ikke er tilfreds med din partner eller din ven, tænk taknemmeligt på alle de oplevelser I 2 har haft sammen og hans eller hendes menneskelige træk, så forsvinder vreden af sig selv, og du får overskud til at finde en forståelse og en konstruktiv løsning.

Kærlighed

Kærlighed kan ikke ses, kun føles. Kærlighed er ulogisk, da den kommer fra hjertet.

Rigtig kærlighed er ubetinget og går i hånd i hånd med fornøjelse.

Alle har kærlighed i sig, men nogle gange skal man arbejde lidt for at få den fantastiske følelse til hverdagen igen, især hvis du blev skuffet, har oplevet kærestesorg, blev fravalgt, blev forladt og/eller simpelthen har mistet troen på kærlighed.

Kærlighed til dig selv kommer først, da du kun kan give andre kærlighed når du elsker dig selv.

Kærlighed til din næste er at kunne have medfølelse med nogen uden på forhånd at have fordømt dem. Man kan jo ikke dømme et menneske uden at have hørt, hvad han eller hun har oplevet i sit liv.

Kærlighed til din næste er at være givende og omsorgsfuld.

Jo mere du giver, jo mere modtager du, og det behøver ikke at være fra den person, som du synes, du giver mest til.

Aktiver kærlighed

Her er tre guldkorn til at aktivere kærlighed i dit liv:

1. Prøv at bemærke minimum en ting, som du kan lide ved en ny person, du møder: For at kunne gøre det, vær opmærksom på dine tanker, når du møder en person første gang. I stedet for, som vi så ofte gør, at tænke negativt, så prøv at finde noget positivt ved personen. På den måde kommer du til at udstråle den positive energi frem for negativ energi.

2. Vær bedre til at rose andr., det kan gøre hele forskellen for et menneske, fordi man kan sagtens bilde sig selv ind, at man ikke er god nok, selvom det absolut ikke er tilfældet. Du kan få en anden person til at stråle af lykke.

3. Prøv at lave en "kærlighedserklæring" til hvert medlem i din familie, når I sidder ved julebordet: Fortæl, hvor meget hver person betyder for dig, og hvad det er, du præcis er taknemmelig for ved personen. Det kunne blive en af de bedste traditioner i

jeres familie. Du kan blive meget overrasket over, hvor meget du reelt betyder for et andet menneske.

Den fantastiske tradition kan du også bruge i forbindelse med fødselsdage, hvor alle gæster en efter en fortæller fødselaren, hvor meget han eller hun betyder for dem. Man kommer til at huske flere søde historier, som kan varme en flere år frem i tiden.

Du kan også praktisere det med dine venner bare på en almindelig dag. Sig til dem, hvor meget du holder af dem og se en mirakuløs virkning.

Fem gaver

Her er en lille julehistorie:

Engang mødte en fattig mand Gud, og han spurgte Gud:

"Gud, hvorfor er jeg så fattig og ulykkelig?"

Gud svarede: "Fordi du ikke praktiserer gavmildhed."

Den stakkels mand tænkte straks, at han skal være meget rig for at være gavmild.

Han sagde: "Gud, men hvordan skal jeg være gavmild, for jeg har ikke noget at give til andre".

Og Gud svarede: "Du har fem genstande, som du kunne være gavmild med, men du gjorde det ikke."

Den stakkels mands øjne blev store, og han spurgte: "Fortæl mig, hvad er de fem genstande?"

Gud sagde: "Dit ansigt kan give et smil til andre, men du gør det ikke. Med dine øjne kan du kigge på andre med kærlighed og omsorg, men du gør det ikke. Din mund kan sige noget godt til de andre, men du gør det ikke. Med dit hjerte kan du ønske lykke til andre, men det gør du ikke. Og med din krop kan du gøre noget godt for andre, men du gjorde det ikke."

Hvis hver enkelt af os beslutter sig for at give noget godt til andre uden nogle forventninger, får vi den dejligste julestemning, der findes.

LYKKEEKSPERT NATHALIE DAHL

Coach, forfatter, skribent, inspirator og foredragsholder med 25 års erhvervs-erfaring.

Hun er Certified Law of Attraction Coach, Master Life og NLP Coach.

Hun holder foredrag, workshops og individuelle sessioner i hele Danmark.

Hendes motto er: "Alt er muligt, så længe du selv tror på det."

Nathalie Dahls mission er at hjælpe andre mennesker med at få mere succes, glæde og mening i livet.

Hun skriver for blandt andre Jysk Fynske Medier, Alt for damerne, Søndagsavisen, B.T., BusinessNyt.

Hun har sit eget tv-program på Fynbo TV hver onsdag klokken 22.

Indehaver af firmaet Anturi Life Coaching med kontor på Ærtekillen 10 i Vissenbjerg.

Telefon 2323 9977.

