

Grøn nytårskur i Brøndby 2026

Koncept:

Vi mødes så mange som muligt en valgfri aften i uge 5 i alle Brøndbys bydele – hjemme i køkkenet, i håndboldklubben, i fælleshuset, eller hvor vi nu har mulighed for det. Vi spiser dejlig grøn mad sammen og ønsker hinanden et godt nyt år. Vi mødes ikke alle samme sted, men mødes i stedet på lokationer rundt omkring i byen, der hvor det passer os bedst.

Hvorfor nytårskur?

Når vi laver mad og spiser sammen, styrker vi relationer, skaber tryghed og holder liv i de fællesskaber, der betyder noget i hverdagen. Og det har vi brug for. Mange af os vil gerne spise sundere og grønnere, men det kan være svært at tage de første skridt alene. Sammen bliver det både lettere og sjovere – og hvem ved, måske kan vi lære hinanden lidt bedre at kende imens?

Der er mange gode grunde til, at vi skal spise grønnere: Det gavner vores helbred, mindsker presset på natur og klima, og det hjælper os til at skabe en mere bæredygtig fremtid for vores børn. Men de nye vaner skal smage godt og være til at få ind i en travl hverdag – og fælles måltider er ofte det bedste sted at starte.

Derfor inviterer vi i uge 5 til Brøndbys Grønne Nytårskur, hvor vi opfordrer alle i Brøndby til at samle sig og fejre det nye år sammen i de mange fællesskaber. Nytåret er et oplagt tidspunkt til at finde motivation sammen: *Hvad vil vi tage med ind i 2026 – og hvordan kan vi hjælpe hinanden med at lykkes?* Når mange mødes i samme uge på tværs af bydelene, mærker vi fællesskabet, får ny madglæde og tager de første skridt mod sundere og grønnere vaner – sammen. Vi håber, at mange har lyst til at være med, og at I vil være med til at gøre det til en ægte Brøndbytradition i hvert år i uge 5 fremover.

Hvordan kan jeg være med?

Alle kan være med – jo flere des bedre! Det du skal gøre, hvis du vil være med, er:

1. Meld dig som vært til Sif: sjj@demx.dk
2. Find et sted, I kan være. Hvis du vil være vært for en Grøn Nytårskur i din spejderklub, kan I mødes i jeres klubhus. Hvis I vil holde det i jeres boligforening, kan I måske låne et fælleslokale. Hvis du vil holde det for din familie eller dine naboer, kan du måske holde det hos dig selv, i et beboerhus eller på den lokale skole. Vær kreativ og ræk gerne ud efter hjælp!
3. Inviter gæsterne til din nytårskur om du inviterer 5 eller 40 er helt op til dig – allier dig gerne med en ven, nabo eller kollega. Det kan være folk, der allerede kender hinanden

eller folk, der ikke gør. Fx alle i din opgang, forældre og børn i dit barns skoleklasse, din floorballklub, dine kolleger osv.

4. Send en beskrivelse til dine gæster, om hvordan I sammen gør det til en succes:
 - a. Fx: Alle tager en ret med hver og egen service
 - b. Vi hjælpes med at rydde op
 - c. Skal alle forberede et nytårsforsæt?
5. Afhold grøn nytårskur på den dato, I har aftalt! Tag meget gerne et fællesbillede fra nytårskuren og send til Sif på sjj@demx.dk. Sørg for at få samtykke af deltagerne til at dele med os.
6. Tak for dit engagement! Vi trækker lod om tre flotte kokebøger fra Meyers blandt alle tilmeldte værter.

