



HYRDEHØJ PRESSEN



Juli 2025



Når man sidder og nyder 3. klasse synger på Hyrdehøj.

Leder—side 3	Aftenmenu—side 25-26
Digte—side 15	Nyt fra BPR—side 5-8

www.plejecenthyrdehoej@roskilde.dk

Mail: plejehyrdehoej@roskilde.dk

Telefon: 46 3136 50

Hyrdehøj Plejecenter

Hyrdehøj Stræde 2

4000 Roskilde

Indholdsfortegnelse

Lederen.....	3
Velkommen til nye beboere	4
Bruger- og pårørenderådet.....	5-8
Interne kontaktoplysninger	9-10
Eksterne kontaktoplysninger	11
Praktisk information	12
Årshjulet for større begivenheder.....	13
Borgernøder	14
Digte til Hyrdehøj.....	15
Vi leder efter netop dig som frivillig.....	16
Aktiviteter i juni måned.....	17-20
Kære pårørende.....	21
Gudstjeneste.....	22
Kirkebilen	23
Fødselsdage	24
Aftenmenu for juli måned.....	25-26
Afsked.....	27
Aktivitetskalender	28-32
Kom og vær med!	33-34
Frivillige.....	35
Vågetjenesten.....	36
Månedens opgave og månedens vinder	37-38

Kære beboere, pårørende og personale.



Sommeren er over os, og for nylig fejrede vi Sankt Hans – en tradition med dybe rødder i dansk kultur. Sankt Hans aften markeres hvert år den 23. juni med bål og fællesskab for at fejre midsummer og jage de onde ånder væk. Bålet symboliserer lyset og det gode, som vi ønsker skal være stærkt i vores liv, mens vi siger farvel til mørket og vintrens kulde. Det er en hyggelig og samlende tradition, som vi er glade for at kunne fejre sammen her på plejehjemmet.

I juli og august holder vores engagerede personale en velfortjent ferie, og derfor vil husavisen i august kun indeholde de mest nødvendige informationer. Vi håber, I forstår, at der i denne periode kan være lidt færre aktiviteter og nyheder, men vi glæder os til at vende stærkt tilbage til efteråret med masser af spændende arrangementer.

Vi nyder samtidig det danske sommervejr og vores dejlige udearealer, som indbyder til frisk luft og hyggelige stunder i solen. Brug endelig tiden til at komme udenfor, få lidt sol på huden og nyde naturen omkring os.

Sideløbende følger vi med spænding byrådets arbejde med den nye ældrelov og strukturreform, som vil få betydning for fremtidens pleje og støtte til jer beboere. Vi vil selvfølgelig holde jer opdaterede, så snart vi ved mere.

Indtil da ønsker vi jer alle en rigtig god sommer med masser af glæde og gode oplevelser.

Vinni
Centerleder



Velkommen til nye beboere



VELKOMMEN!

Birthe Margrethe Hansen—bolig 17
Birthe Grethe Axelsen—bolig 20
Rute Dæhnfeldt—bolig 19

Bruger og Pårørende Rådet på Hyrdehøj Plejecenter

BPR på Hyrdehøj Plejecenter arbejder efter nogle fælles vedtægter, der gælder for alle Bruger og Pårørende Råd i Roskilde Kommune. Vores opgave er at være bindeled mellem beboere, pårørende og ledelsen. Vi er et samarbejdsorgan og har ikke kompetence til at ændre på den enkelte medarbejders arbejde og den enkelte brugers pleje.

På Hyrdehøj Plejecenter har vi i BPR arbejdet for at skabe oplevelser for beboere og pårørende. Det har især været musikoplevelser i plejecentrets Cafe Sletten og i fælleskøkkenerne. BPR er desuden med i det lokale kvalitetsudvalg på plejecentret. I kvalitetsudvalget beslutter vi forbedringsprojekter. I 2024 har forbedringsprojekterne blandt andet handlet om kontaktpersonordningen og hvor medarbejderes dialog med hinanden med fordel kan foregå.

Som pårørende og beboer er I altid velkomne til at kontakte os enten pr. mail eller telefon.

Mange hilsner

Elin Jørgensen

Formand for BPR på Hyrdehøj Plejecenter

Tlf. 20 93 41 71

Mail: Elin.ellegaard@gmail.com

Bruger- og pårørenderådets medlemmer

Elin Ellegaard Jørgensen	Formand	
Lillian Skovkjær	Næstformand	
Vibe Andreasson	Kasserer	Skovkvarteret pårørende
Lisbeth Hvilsom		Magnolie kvarteret pårørende
Repræsentant fra Ældrerådet		
Hermant Pedersen	61 27 46 36	hermand.pedersen@yahoo.dk

Bruger og Pårørende Rådet på Hyrdehøj Plejecenter

Kære pårørende.

I denne flyer fortæller vi kort om, hvordan du kan hjælpe til og hvordan du kan bruge rådet.

Du kan hjælpe ved at:

- hente oplysninger i Kintella, som er en app, du kan downloade. Her sender personalet meddelelser, invitationer til aktiviteter mm.

- læse plejecentrets husavis. Den ligger på plejecentrets hjemmeside og indeholder fx en madplan og aktiviteter på plejecentret og tale med din pårørende om det.

Personalet har ikke ressourcer til at orientere, hver enkelt beboer, derfor har du som pårørende en vigtig rolle her.

BPR bruger både Kintella og Husavisen til at formidle oplysninger om rådets arbejde og aktiviteter. Enkelte gange beder vi om, at I tilmelder jer fx ved Nytårskuren, hvor der er forplejning. Bliver I forhindret i at deltage så afmeld gerne.

Musikarrangementer, som rådet arrangerer, foregår enten i Cafe Sletten eller i fælleskøkkenerne. Det vil være en stor hjælp, hvis I kan tage en snak om arrangementerne med jeres pårørende og også hjælpe med at følge jeres pårørende hen til de arrangementer, der foregår i Cafe Sletten.

Hvordan kan du bruge rådet?

De fleste af os i rådet har selv været eller er pårørende og vi ved, at det ikke altid er let at finde ind i rollen som pårørende. Derfor er du meget velkommen til at ringe til os, hvis du har spørgsmål. Vi kan også altid bruge flere pårørende i BPR. Har du lyst til at være med, så kontakt os endelig.

Venlig hilsen

Elin Ellegaard Jørgensen, formand, tlf. 20 93 41 71

Lisbeth Hvilsom, tlf. 27 92 83 91

Bruger og Pårørende Rådet på Hyrdehøj Plejecenter

Invitation til møde den 16. september 2025 kl. 16.30:

Hvad er demens og om at være pårørende.

Bruger Pårørenderådene på Kristiansminde og Hyrdehøj inviterer til møde den 16. september 2025 kl. 16.30 - 18.30 i caféen på Kristiansminde, Margrethekær 2, 4000 Roskilde. Kan du ikke være der lige præcis kl. 16.30, kommer du, så hurtigt du kan.

Emnerne er

- ❖ Hvad er demens
- ❖ Kommunikation og samvær med demensramte
- ❖ Hvordan rammes de pårørende
- ❖ Hvor kan pårørende få hjælp, råd og vejledning

Der bliver mulighed for spørgsmål og dialog om emnerne.

Oplægsholdere på mødet er Marte Meo konsulent og supervisor Egil Maigaard og demenskoordinator Lene Fæster:



Bruger og Pårørende Rådet på Hyrdehøj Plejecenter

Vi er så heldige, at formand for Alzheimerforeningen Østsjælland, Torben Wibe Andersen, deltager i hele mødet og fortæller om Alzheimerforeningens tilbud under det sidste punkt.

Tilmelding til mødet skal ske senest torsdag den 11.09.2025 på en af følgende måder:

- Pårørende til beboere på Kristiansminde: Via Kintella eller til Anne Gregersen
- Pårørende til beboere på Hyrdehøj: Til Elin Jørgensen
- Pårørende til brugere af Seniorhøjskolen: Til Kristiansmindes ledelse

Dette af hensyn til servering af kaffe/te/vand og frugt.

Venlig hilsen

Elin Jørgensen, BPR Hyrdehøj, tlf. 20934171, mail
elin.ellegaard@gmail.com

Anne Gregersen, BPR Kristiansminde, tlf. 52248662, mail
anne4gregersen@gmail.com

Interne kontaktoplysninger på Plejecenteret

Hovednummeret til Plejecenteret: 46 31 36 50

Kontaktinformation

Redaktionen på Husavisen
 Helen Ghauri heleng@roskilde.dk.
 Linda Abildgaard linabi@roskilde.dk
 Ann-Maria Holde Nielsen annhni@roskilde.dk

Ledelse

Centerleder Vinni Lau Rasmussen	3084 1461	vinniras@roskilde.dk
Souschef Christina Lundgren Reffs	2445 1584	christinalr@roskilde.dk

Afdelingsledere

Charlotte I. Petersen Afdelingsleder for Magnoliekvarteret (lejl. 11-42) Træffes bedst i dagstimerne.	2382 6788	charlotteip@roskilde.dk
Thea Lautrup Ø. Frederiksen Afdelingsleder for Skovkvarteret, lejl 43-74 + lejl. 99-104 Træffes bedst i dagstimerne.	2443 1915	theafr@roskilde.dk
Lone Blach Afdelingsleder for Blomsterhuset, lejl. 1-10 Træffes bedst i dagstimerne.	2382 6793	loneblach@roskilde.dk
Britt Melgaard Afdelingsleder for Aften- og nat	2382 6480	brittsi@roskilde.dk

Interne kontaktoplysninger på Plejecenteret

Rengøring	2445 7832	
Vaskeri: Charlotte B. Jensen	2445 4435	charlottejen@roskilde.dk
Teknisk Service:		
Kim Berlin	4025 3293	kimmb@roskilde.dk
Jonas Hansen	2112 4363	jonaspgh@roskilde.dk
Vagttelefon Skov kvarteret	2444 7910	Det er bedst at ringe efter klokken 11, med mindre, det drejer sig om noget akut
Vagttelefon Magnolie kvarteret	2444 8713	Det er bedst at ringe efter klokken 11 med mindre, det drejer sig om noget akut
Vagttelefon aften og nat	2445 0138	Det er bedst at ringe inden klokken 17, eller efter klokken 19, med mindre det drejer sig om noget akut
Vagttelefon Blomsterhuset	2445 7651	Det er bedst at ringe efter klokken 11, med mindre det drejer sig om noget akut
Aktivitetskoordinator:		
Helen Ghauri	2445 4697	heleng@roskilde.dk
Ernæringsansvarlige:		
Katrine og Camilla (Magnolie kvarteret)		katrinels@roskilde.dk camillaer@roskilde.dk
Laila og Anette (Skovkvarteret)		lailad@roskilde.dk anettejep@roskilde.dk
Madservice Hyrdehøj:		
Koordinator Gitte Susanne Olsen	2939 9766	MadserviceHyrdehoej@roskilde.dk

Eksterne kontaktoplysninger på Plejecenteret

Omsorgstandplejen:	46 31 71 00	
Roskilde Kommune	46 31 30 00	

Husavisen kan downloades på vores hjemmeside:
plejehyrdehoej@roskilde.dk

Praktisk information

Fødselsdage:



Der holdes fælles fødselsdag 1 gang om måneden (den sidste fredag) i hvert kvarter med lagkage og hygge.



Afbestilling af mad:

Mad afbestilles senest kl. 12 dagen før. Afbestilling skal ske mandag til fredag på seddel som hænger i kvartererne.



Rickshawcykler:

Pårørende har mulighed for at benytte vores cykler. **Gå ind og meld dig til på cyklingudenalder.dk som pilot på Hyrdehøj Plejecenter.** Det kræver en kort oplæring i brug af cyklerne. Tag kontakt til Helen Ghauri på heleng@roskilde.dk.



Indlæg til husavisen:

Indlæg til næste måneds husavis skal sendes til Helen Ghauri heleng@roskilde.dk, sidste mandag i måneden inden kl. 12.



Bestilling af mad til pårørende:

To dage inden deltagelse i måltidet (morgen, middag eller aften) skal deltageren kontakte personalet. Personalet vil give køkkenet besked.



Husk P-skive på parkeringspladserne.

Årshjulet for større begivenheder



August

Teaterforestilling
Fredag den 8.8.25 kl. 13.00-13.45
I Cafe Sletten.

November

Husets fødselsdag
Mandag den 17.11.25
I Cafe Sletten.

December

Julefrokost
Onsdag den 17.12.25
I kvartererne.

Julehygge

Lucia optog
Gennem huset.

Borgermøder

Borgermøde i skovkvarteret den 26. juni 2025.

Vinni byder velkommen til mødet, og det store fremmøde.

Forvaltningen har ferie fra på mandag og en måned frem, og personalet holder løbende ferie og Vinni selv har ferie fra uge 32.

Adspurgt om hvordan det går og om nogle har noget de vil dele, svarer der, at der ikke sådan lige er noget.

Adspurgt om de føler sig set og hørt, og gør hvad de har lyst til, selvfølgelig i det omfang det er muligt, fortælles der at de har det glimrende. Vinni siger, at det er vigtigt at vide hvordan de har det, for hvis der er utilfredshed, kan vi kun ændre det, hvis vi ved det. Vinni fortæller også at livskvalitet er et vigtigt ord, og at vi er lydhør overfor deres ønsker, dog indenfor rammerne.

De to aktivitetsmedarbejdere (Ann-Maria og Linda) blev præsenteret, og Vinni opfordrer alle til at komme med ønsker og input, såfremt man har det. Vinni fortæller, at der er planer om en større tur i efteråret.

Vinni gennemgår den kommende aktivitetskalender.

Vinnie spørger om der er yderligere, og en borger spørger ind til nøglerne til lejligheder. Borger får fortalt, at hver nøgle er kodet specielt til den enkelte bolig, og det er derfor kun borgeren der har adgang til deres egen bolig.

Nyd sommeren og det gode vejr.

Tak for et godt møde og ønsker jer alle en dejlig sommer.

Digt til Hyrdehøj

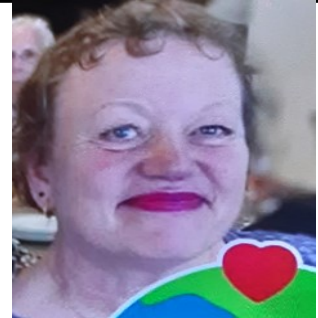
Anne Andersen, husassistent.

Hyggesludren i Magnolie kvarteret.

**Vi sidder med beboere over en kop kaffe,
Og vi kan altid snakke
Det kan være om perler strikkesøj og god mad
Og jeg ved ikke hvad.**

**Vi har fået ansat to nye damer, som er gode til at underholde,
Så dem vil vi gerne beholde.
Den ene sætter beboerne i rundkreds hold efter hold
Og de sidder hver med et gult bånd.
Jeg tænker det er armgymnastik, hvor de får strukket deres
muskler og led,
Men ihvertigfald hygger de sig og bliver ved.
Den anden vi har sidder med sin guitar, hun synger bl.a. de gode
gamle sange
Og det får minderne frem i mange.**

**Jeg kan godt lide at høre når beboerne fortæller
For de har levet længe det må man ikke glemme.
Hver morgen løfter de deres ben op
Når jeg vasker gulvet med min mop.
Jeg spørger om de kan holde deres ben oppe i mindst en halv time
Så begynder de at grine.
Kirsten fortæller hun har været gymnast
Så hun ved en hel masse
Hun siger der er godt for mavemusklerne med benene op
Meen efter et par minutter må man godt stop.
Anny har jort rent i mange år
Og dengang havde de ikke de redskaber vi får.
De ældre har lært mig at være teknemmelig over udviklingen i dag
Den ros skal de ha
Og i morgen kommer atter en dag
Så er der en ny latter vi skal ha.**



Vi leder efter netop dig som frivillig

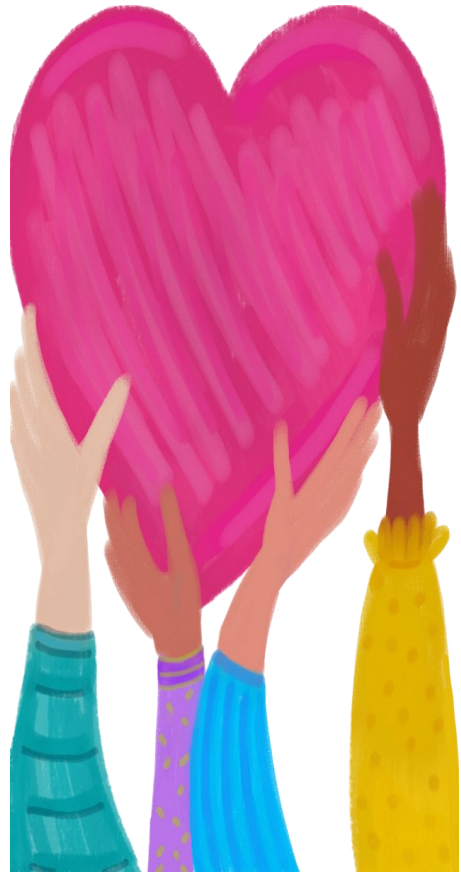
Vil du være frivillig hos os?

Frivillige på Hyrdehøj hjælper bl.a. til ved:

- Arrangementer
- Fester
- Aktiviteter
- At køre rickshaw

Og kan være

- Besøgsven
- Gå-ven
- Kaffe-ven



Eller måske en aktivitet, som vi endnu ikke har eller endnu ikke fundet på, og som du brænder for?

Har dette vakt din interesse, så kontakt vores frivillig- og aktivitetskoordinator Helen Ghauri og hør nærmere:

E-mail: heleng@roskilde.dk

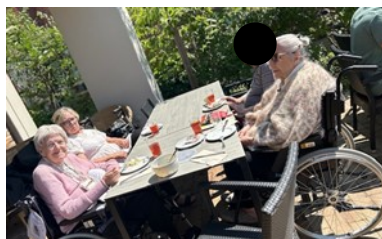
Tlf. 2445 4697.

Aktiviteter i juni måned



Tak til Ann-Maria for en fantastisk første onsdagscafe. Og tak til Winnie for at supplere med musikken.

Aktiviteter i juni måned



Frokost udenfor i det gode vejr.



Til onsdagscafe med Einar & Co.



På cykeltur selvom vejret ikke var helt godt, men man holder alligevel varmen, når man pakkes ind.

Aktiviteter i juni måned

Sankt Hans i Magnoliekvarteret



Der blev hygget med bobler, øl, chips, jordbær, god musik og fællessang. Vejret var ikke med os, så snobrødsdejen blev lavet til kringler med sukker i stedet!



Aktiviteter i juni måned



Vi sang selvfølgelig ”Midsommervisen”. Der blev stemt for at vi skulle synge den med den gamle melodi af P.E. Lange-Müller. Dernæst sang vi ”Du danske sommer”, som passede godt til dagen, da vejret var drilsk og skiftede mellem sol, vind, skyer, regn, lyn og torden. Flere sange dukkede op, herunder ”I Danmark er jeg født” samt ”I en lille båd der gynger”.

”Du danske sommer, jeg elsker dig,
skønt du så ofte har sveget mig.
Snart kolde farver i sky og vand,
snart nøgne piger ved hver en strand.
Mer, mer, mer
jeg dog dig elsker, hver gang du ler.”

Tekst: Thøger Larsen, Melodi: Otto Mortensen



Kære pårørende

Kære pårørende

Er der nogle af jer, der modtager kryds og tværser, som I ikke bruger. Vi ønsker kryds og tværs indlæg fra ugeblade eller lignende til beboerne, der er glade for at løse dem i fællesskab og med hjælp fra os.

Kærlig hilsen
Personalet

Så er cykelsæsonen skudt i gang. Cyklerne er klar-gjort.

Kom og vær med.

Meld jeg ind på:

Cykling uden alder-
book2go,
og tilmeld jer under Hyr-
dehøj Plejecenter.

Så kan I blive oplært og
komme ud at cykle med
borgerne på Hyrdehøj

Gudstjeneste



Kære alle.

I denne måned vil der være Gudstjeneste

Fredag den 11. juli 2025 Kl. 13.00.

Gudstjenesten vil blive afholdt i
Cafe Sletten.



Præst Torben Jeppesen

Kirkebilen

For gangbesværede og ældre, der bor i sognet, er der mulighed for at bestille en "kirkebil" til alle gudstjenester i Domsognet.

"Kirkebilen" er en almindelig taxa.

Derfor vil det ikke være muligt at tage kørestole med.

Ordningen er gratis for ældre og gangbesværede, som hører til Roskilde Domsogn.

Bestilling af kirkebilen:

Kirkebil bestilles på kordegnekontoret:

Mandag - fredag 10.00 - 15.00

på tlf. 46 35 58 14 eller

mail kordegn@roskilledomkirke.dk

Kirkebil til søndagens gudstjenester skal bestilles senest fredag kl. 12.



I denne måned har vi fødselarer i huset:



**Tillykke til alle fødselarer,
vi kipper med flaget
den sidste fredag i måneden for**

- 1. Knud-Erik—Skovkvarteret**
- 4. Charlotte R.—Blomsterhuset**
- 5. Johnny—Magnolie kvarteret**
- 8. Mads—Blomsterhuset**
- 13. Benny—Blomsterhuset**
- og**
- 16. Helle—Magnolie kvarteret.**



Aftenmenu juli

TIR	Herregårdsbøf	Jordbær
1	Med bearnaise, brasede kartofler og fine ærter	Med fløde
ONS	Fiskelasagne	Fløderand
2	Med torsk, spinat og spidskålssalat med agurk	Med karamelsovs
TOR	Grillet frankfurter	Chokoladefromage
3	Med kold kartoffelsalat, agurk, tomat og purløg	
FRE	Rullesteg/persille	Alliancegrød
4	Med skysovs, gulerødder og agurkesalat	Med fløde
LØR	Mørbrad á la creme	Frisk frugtsalat
5	Med kartoffelgratin og sommersalat	Med råcreme
SØN	Coq au Risling	Citronfromage
6	Fjerkræ i hvidvinssovs med sommergrønt	Flødeskum, chokoladepynt
MAN	Forloren hare	Koldskål med skyr
7	Med skysovs, ribsgele og agurkesalat	og friske jordbær
TIR	Blomkålsgatin	Is
8	Med tomatsovs og broccoli	Med krokant
ONS	Quiche Lorraine	Jordbær
9	Tærte med skinke, grøn salat med vinaigrette dressing	Med fløde
TOR	Fisk florentine	Solbær/ribsgrød
10	Med spinat, citron, hvidvinssovs og bagte gulerødder	Med fløde
FRE	Frikadeller	Marineret Jordbær
11	Med kold kartoffelsalat, agurk, purløg og tomat	I appelsin, dertil vanilleis
LØR	Paprikagryde	Vanillebudding
12	Med svinekød, bacon, cocktailpølser og agurkesalat	Med kirsebærsovs
SØN	Stegt kylling	Pistaciefromage
13	Med skysovs, rabarberkompot og agurkesalat	Med hakkede pistacienødder og pynt
MAN	Boller i karry	Rabarbersuppe (lun)
14	Med løse ris og fine ærter	Med frossen flødetop
TIR	Svensk pølseret	Hvid chokolademousse
15	Med frisk klippet purløg	Med sommerbær og hakket chokolac
ONS	Spansk æggekage	Rødgrød
16	Med groft rugbrød, tomat og purløg	Med hvid chokoladecreme
TOR	Farseret kalkunbryst	Cheesecake i glas
17	Med skysovs og broccolisalat	Med brombær topping og pynt
FRE	Dampet laks	Jordbærgrød
18	Med citronsovs og smørdampede gulerødder	Med fløde

Aftenmenu juli

LØR	Flæskesteg	Fersken
19	Med skysovs, blomkål og agurkesalat	Med makronflødeskum
SØN	Hamburgerryg	Koldskålmousse
20	Med aspargessovs, broccoli og gulerødder	Med rabarberkompot
MAN	Farsbrød med bacon	Nougatfromage
21	Skysovs og hvidkålssalat med spidskommen	pyntet med flødeskum og chokolade
TIR	Kalkungryde	Italiensk is
22	Med løse ris og æble/rosinchutney	Med cocktailbær og chokolade
ONS	Røget makrel	Chokoladebudding
23	Med kartoffelsalat, agurk, tomat og purløg	Med flødeskum
TOR	Svampefrikadeller	Jordbærtrifli
24	Med stuvet sommerkål og rødbeder	Pyntet med flødeskum
FRE	Kyllingefrikadeller	Stikkelsbærgrød
25	Med tzaziki, stegte kartofler og tomat salat	Med fløde
LØR	Krebinet	Ymerfromage
26	Med skysovs, brasede kartofler og ærter	Med brombærsovs
SØN	Nakkesteg	Rabarber crumble
27	Med fransk sennepssovs, perleløg og bønner	Med makronflødeskum med sirup
MAN	Kalvehjerter	Pandekager
28	I flødesovs med rysteribs og agurkesalat	Med jordbærsyltetøj
TIR	Sommertærte	Æblegrød
29	Med asparges, porre, kartoffel med grøn salat	Med fløde
ONS	Stjerneskud	Koldskål
30	Med stegt og dampet fisk, rejer, citron og pynt	Med kammerjunkere
TOR	Sommergryde	Jordbæris
31	Med svinekød, gulerødder, blomkål og fine ærter	Med vafler

Spørgsmål omkring allergener kontakt køkkenet





Vi sender en tanke til dem, vi har taget afsked med i sidste måned:

Æret være deres minde!

Anny Olsen—Skovkvarteret.

Kristine Brunsborg Olsen—Magnolie kvarteret

Ole Samsøe—Magnolie kvarteret

Tove Gunhild Jensen—Magnolie kvarteret

Lis Nielsen—Skovkvarteret



Aktivitetskalender

Dato	
Tirsdag den 1. Uge 27	Sommerhygge
Onsdag den 2.	Kl. 10.00-11.00 – Damernes gå-klub med Ann-Maria. Vi mødes i Cafe Sletten. Kl. 14.00-15.00 – Onsdagscafe i Cafe Sletten med Ann-Maria. Kl. 14.00-14.15 – Kaffe og kage. Kl. 14.15-15.00 – Hygge, fællessang & musikquiz. OBS! Sluttidspunktet for onsdagscafeen.
Torsdag den 3.	Kl. 10.30 – Musik med Ann-Maria. Kun for Blomsterhuset.
Fredag den 4.	Kl. 10.00-11.00 – Spille- & hjernegymnastik i Magnolie kvarteret med Ann-Maria. Kl. 10.00-11.00 – Oplæsning med Yvonne i Skovkvarteret. Kl. 13.00-14.00 – Spille- & hjernegymnastik i Skovkvarteret med Ann-Maria.
Lørdag den 5.	
Søndag den 6.	
Mandag den 7. Uge 28	Kl. 10.00-11.00 – Motion for gående og rollatorbrugere samt kørestolsbrugere i Cafe Sletten med Ann-Maria. Åben for alle. Kl. 14.00 – Sang og musikoplevelser i Magnolie kvarteret med Ann-Maria.

Aktivitetskalender

Tirsdag den 8.	Kl. 10.00-13.00 – Bustur for Skov- og Magnoliekvarteret med Ann-Maria og Helen. Kun for inviterede.
Onsdag den 9.	Kl. 10.00-11.00 – Damernes gå-klub med Ann-Maria. Vi mødes i Cafe Sletten. Kl. 14.00-15.00 – Onsdagscafe i Cafe Sletten med Ann-Maria. Kl. 14.00-14.15 – Kaffe og kage. Kl. 14.15-15.00 – Hygge, fællessang & musikquiz. OBS! Sluttidspunktet for onsdagscafeen.
Torsdag den 10.	Kl. 10.00-11.30 – Dameklub med Yvonne i Kilden og Lysningen. Kun for inviterede. Kl. 10.30 – Musik med Ann-Maria. Kun for Blomsterhuset. Kl. 13 – Sang og musikoplevelser i Skovkvarteret med Ann-Maria.
Fredag den 11.	Kl. 10.00-11.00 – Spille- & hjernegymnastik i Magnolie-kvarteret med Ann-Maria. Kl. 13.00-13.30 – Gudstjeneste i Cafe Sletten.
Lørdag den 12.	
Søndag den 13.	Kl. 14-16 Besøgshunden Kenzo og Anne-Sofie besøger Magnolie- og Skovkvarteret for første gang.
Mandag den 14. Uge 29	Kl. 10.00-10.45 – Motion for gående og rollatorbrugere i Cafe Sletten med Linda. Åben for alle.

Aktivitetskalender

	Kl. 11.00-11.30 – Gymnastik for kørestolsbrugere i Cafe Sletten med Linda. Åben for alle. Kl. 14 – Oplæsning af Linda – kun for Blomsterhuset.
Tirsdag den 15.	Improviseret sommerprogram med Linda.
Onsdag den 16.	Kl. 10.00-11.00 – Motion for gående og rollatorbrugere i Cafe Sletten med Linda. Kl. 14.00-15.30 – Onsdagscafe i Cafe Sletten med Winnie. Kl. 14.00-14.30 – Kaffe og kage. Kl. 14.30-15.30 – Hygge og fællessang.
Torsdag den 17.	Improviseret sommerprogram med Linda.
Fredag den 18.	Kl. 10.00-11.00 – Spille- & hjernegymnastik i Magnolie kvarteret med Linda. Kl. 13.00-14.00 – Spille- & hjernegymnastik i Skovkvarteret med Linda.
Lørdag den 19.	
Søndag den 20.	
Mandag den 21. Uge 30	Kl. 10.00-10.45 – Motion for gående og rollatorbrugere i Cafe Sletten med Linda. Åben for alle. Kl. 10.00-11.00 – Oplæsning med Yvonne i Skovkvarteret. Kl. 11.00-11.30 – Gymnastik for kørestolsbrugere i Cafe Sletten med Linda. Åben for alle.

Aktivitetskalender

	Kl. 13.00 – Sommersansninger i Magnolie kvarteret med Ann-Maria. Kl. 14 – Oplæsning af Linda – kun for Blomsterhuset.
Tirsdag den 22.	Kl. 10.00-11.30 – Bustur for Skov- og Magnoliekvarteret med Ann-Maria & Linda. Kun for inviterede. Kl. 14.00-16.00 – Kreativ Cafe i Magnoliekvarteret med Linda.
Onsdag den 23.	Kl. 10.00-11.00 – Motion for gående og rollatorbrugere i Cafe Sletten med Linda. Kl. 10.00-11.00 – Damernes gå-klub med Ann-Maria. Vi mødes i Cafe Sletten. Kl. 14.00-15.30 – Onsdagscafe i Cafe Sletten med Ann-Maria. Kl. 14.00-14.30 – Kaffe og kage. Kl. 14.30-15.30 – Hygge, fællessang & musikquiz.
Torsdag den 24.	Kl. 10.30 – Musik med Ann-Maria. Kun for Blomsterhuset. Kl. 13.00 – Sommersansninger i Skovkvarteret med Ann-Maria.
Fredag den 25.	Kl. 10.00-11.00 – Spille- & hjernegymnastik i Magnolie kvarteret med Linda. Kl. 13.00-14.00 – Spille- & hjernegymnastik i Skovkvarteret med Linda.

Aktivitetskalender

Lørdag den 26.	
Søndag den 27.	
Mandag den 28. Uge 31	Kl. 10.00-10.45 – Motion for gående og rollatorbrugere i Cafe Sletten med Linda. Åben for alle. Kl. 11.00-11.30 – Gymnastik for kørestolsbrugere i Cafe Sletten med Linda. Åben for alle. Kl. 14 – Oplæsning af Linda – kun for Blomsterhuset.
Tirsdag den 29.	Improviseret sommerprogram med Linda.
Onsdag den 30.	Kl. 10.00-11.00 – Motion for gående og rollatorbrugere i Cafe Sletten med Linda. Kl. 14.00-15.30 – Onsdagscafe i Cafe Sletten. Kl. 14.00-14.30 – Kaffe og kage. Kl. 14.30-15.30 – Hygge og fællessang.
Torsdag den 31.	Improviseret sommerprogram med Linda.

Banko holder sommerpause i juli måned.

Forbehold for ændringer.

Kom og vær med!

Kom og vær med!

Mandage kl 10-10.45

Motion for gående og rollatorbrugere. Vi styrker og bevæger hele kroppen i Café Sletten.

Mandage kl 11-11.30.

Gymnastik for kørestolsbrugere i Café Sletten.

Tirsdage.

Kreativ café, hvor vi arbejder med alle mulige kreative sysler; håndarbejde, perler, tegne, male, havearbejde m.m.

I Magnoliekvarteret 14 til 16 i lige uger & Skovkvarteret fra kl 14 til 16 i ulige uger.

Alle er meget velkomne.

Onsdage kl 10.

Motion for gående og rollator brugere. Vi arbejder med at styrke og vedligeholde hele kroppen samtidigt med, at vi hører god musik og har det sjovt.



På gensyn

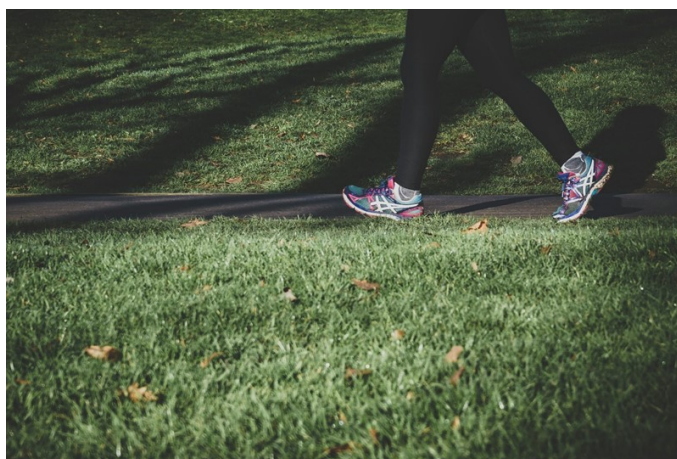
Linda

Kom og vær med!

Kom og vær med!

Onsdage kl. 10 (se aktivitetskalender)

mødes vi i Cafe Sletten til ”Damernes gå-klub”.



Onsdagscafé d. 2. og 9.

Kl. 14: Kaffe serveres..

Kl. 14.15-15.00: Fællessang og undervejs musikquiz.
i Cafe Sletten.

Onsdagscafé d. 23.

Kl. 14-14.30: Kaffe og hygge.

Kl. 14.30-15.30: Fællessang og undervejs musikquiz.
I Cafe Sletten.

På gensyn

Ann-Maria

Hyrdehøjs frivillige



Fra venstre: Brita, Makbule, Kate, Bente J. og Anne.

Fraværende: Poul og Irene.

Velkommen til: Winnie og Hanna.

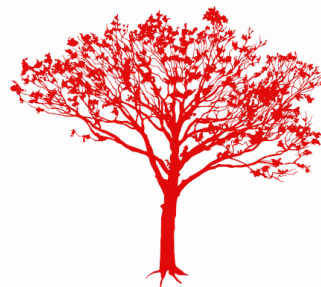
Hvis I støder ind i disse skønne mennesker i kvartetterne og i Café Sletten, så møder I vores frivillige, som gør et stort arbejde.

De gør et stort stykke arbejde. De er besøgsvenner og hjælper til med forskellige aktiviteter, fx onsdagscafeen.

Hvis I har spørgsmål til dem, så tag gerne en snak med dem.

VÅGETJENESTEN

Ingen skal dø alene



Frivillige vågere fra Røde Kors vågetjeneste tilbyder at give nærvær og omsorg til døende. Vågere kan sidde ved sengen i den allersidste tid, når de pårørende trænger til aflastning, eller hos døende, der ikke har nære pårørende.

Vågerne indgår ikke i plejen, men kan være med til at berolige og skabe tryghed.

Vågninger kan finde sted såvel i dagtimerne som om natten. Den enkelte våger er typisk til stede i 3-4 timer ad gangen, hvorefter der kommer en ny våger. Der kan dog forekomme tidspunkter, hvor behovet for vågere ikke kan tilgodeses fuldt ud.

Det er plejecentrets medarbejdere, der står for kontakten til vågetjenesten. Som pårørende til en døende er det derfor personalet, du skal kontakte, hvis du har behov for vågetjenestens indsats.

JEG DØR EN LILLE SMULE FOR
HVERT SEKUND DER GAAR JEG
BÆRER DØDEN MED MIG
IGENNEM LIVETS AAR. EN
NAT, MAASKE EN MARTSNAT,
SAA MILD AF REGN OG TØ,
SKAL JEG GAA BORT I MØRKET
OG HOLDE OP AT DØ

GRETHE RISBJERG THOMSEN
"MAASKE EN MARTSNAT"



Vågetjenesten

Roskilde og Lejre



Kryds og Tværs

★	LOKALER	MÅLERE	950	INPUT	KILO	FRA	SLÅR	VED	MÅNED	GLADE	BY	LITER	BUSK	⚡ ⚡ ⚡ ⚡ ⚡
SLIK														
BUTIKS- KÆDE					SLUT- SPIL- ILD- STED							STRAKS TRAK SAMMEN		
GRINE			BLADE TONE			SØ- MANDEN RAMME								
500		MANGE FOR- FATTER							FOR- NAVN GL. KA- RAKTER				BIL- UDSTYR	
FOR- NAVN				STØR- RELSE LUGE				SKÆRM- PLANTE EKS- STAT			550 RET- NING			
SPANSK TIL- SAGN			PENGÉ- MAND X				ORGANI- SATION SPREDE							LØFTER
SPIDS					STOF BINDE- ORD				BLANDE EN I YORK					
URAN		FOR- NAVN SVAR				MOD- STAND UDBRUD						ORDRE TRÆ		
IKKE			STJERNE					TOG						
LØB					ER- HVERVE					STIVER				

Navn: _____ Bolignummer: _____

Løsning inkl. navn og bolignummer afleveres til
Helen Ghauri senest den 25/7-25 kl. 12.00
eller giv den til et personale.

Vinderne af månedens opgave offentliggøres i næste
måneds husavis.

Svar på kryds og tværs

Vinder af månedens opgave

Og vinderen er:

JENS OLE R. SØRENSEN—SKOVKVARTERET.

Husk at sende din kryds og tværs besvarelse til mig.



**Præmie:
En æske chokolade**