



HYRDEHØJ PRESSEN



Januar 2024



Fra Hyrdehøj

Lederen—side 3-4

Aktiviteter—side 16-17

Domkirkens voksenkor—side 9

Juleklip—side 19

www.plejecenthyrdehoej@roskilde.dk

Mail: plejehyrdehoej@roskilde.dk

Telefon: 46 3136 50

Hyrdehøj Plejecenter

Hyrdehøj Stræde 2

4000 Roskilde

Indholdsfortegnelse

Lederen.....	3-4
Velkommen til nye beboere	5
Bruger-og pårørenderådets medlemmer	6-9
Interne kontaktoplysninger	10
Eksterne kontaktoplysninger	11
Praktisk information	12
Årshjulet for større begivenheder.....	13
Kommende borgermøder	14
Vi leder efter netop dig som frivillig.....	15
Aktiviteter i december måned	16-17
Julefrokost.....	18
Hygge — juleklippe– og klistre	19
Pårørende tilbud	20
Gudstjeneste.....	21
Fødselsdage	22
Gratis ledsageordning	23
Aftenmenu for januar måned.....	24-25
Afsked.....	26
Aktivitetskalender	27-28
Frivillige.....	29-30
Vågetjenesten.....	31
Månedens opgave og månedens vinder	32-33
Banko.....	34

Kære Alle

Rigtig godt nytår til jer alle.



Vi byder jer varmt velkommen til dette nummer af vores husavis, der er dedikeret til borgere og pårørende på Hyrdehøj plejecenter. På disse sider ønsker vi at skabe et rum, hvor vi kan dele erfaringer, glæder og udfordringer, der følger med livet i vores ældreboliger.

Livet er en rejse, og for vores ældre borgere er denne rejse fyldt med minder, visdom og livshistorier, som vi ønsker at hylde og dele. Vi er stolte af at være en del af fællesskabet her, hvor vi sammen skaber et trygt og omsorgsfuldt miljø.

I løbet af januar vil vi sammen tage hul på den nye tilsynsform, kaldet ”samskabt tilsyn”. Vores lokale kvalitetsråd mødes den 15. januar, og her skal vi sammen finde ud af, hvilke fokus vi skal have i den kommende tid, både i forbindelse med kvalitetskompasset og i forbindelse med den overordnede drift. Det er vigtigt for os at skabe åbenhed og lette dialogen om, hvordan vi sammen kan sikre trivsel og livskvalitet inden for de rammer, der er givet os.

Vi venter også spændt på regeringens nye ældrelov, men jeg tror, at nyheden om, at dronningen abdicerer, tog alle overskrifter. For mange af os har hun været der i hovedparten af vores liv. Så det bliver vemodigt og mærkeligt, men mon ikke kronprinsen, og familie klarer udfordringerne i fremtiden. Nogle af jer så måske med på dronningens sidste nytårskur, med flotte rober og mange ordner og medaljer.

Vi holder også nytårskur, for både borgere og pårørende. Se opslag på centeret, men det er dog uden galla påklædning og uformelt samvær, vi glæder os til at se jer.



Så snart appen Kintella er helt oppe og kører, vil husavisen kunne hentes der.

Tak fordi I er en del af vores fællesskab. Vi ser frem til at dele mange flere øjeblikke og minder sammen i det nye år.

Jeg slutter som sædvanligt af med et lille digt
Her har Alice Malmqvist reflekteret over januar:

*Januar så grå og bar
regn og blæst er hvad vi har,
længes efter spæde tegn
under hæk og raftehegn,
kom nu frem erantis gul
bryd dit hemmelige skjul,
smilet det er nu på vej
blot jeg tænker lidt på dig.*

Centerleder
Vinni Rasmussen

Velkommen til nye beboere



VELKOMMEN!

Birte Endahl—bolig 104
Ingrid Damsø—bolig 58

Bruger- og pårørenderåd

Vor opgave er hovedsagelig at være et bindeled mellem beboere – pårørende og ledelsen.

BPR er med til at fastlægge retningslinjer for dagligdagen på plejecentret, og rådet planlægger og arrangerer aktiviteter for beboerne.

Til disse aktiviteter søger vi frivilligmidler fra kommunen, der kan bruges som tilskud til aktiviteter i og uden for huset.

Enhver er velkommen til at kontakte os pr. telefon eller e-mail.

Venlig hilsen

Formand BPR

Bruger- og pårørenderådets medlemmer

Elin Jørgensen	Formand	Skovkvarteret Pårørende
Gert Jensen	Kassérer	Interesseret borger
Vibe Andreasson	Bestyrelses- medlem	Skovkvarteret på­rø­rende
Kirsten Alvang	Bestyrelses- medlem	Blomsterhuset på­rø­rende
Tordis Sværke	Bestyrelses- medlem	Interesseret borger
Repræsentant fra Ældrerådet		
Herland Pedersen	61 27 46 36	hermand_pedersen@yahoo.dk

Bruger- og pårørenderåd



ROSKILDE KOMMUNE
Hyrdehøj plejecenter
BPR

Beslutningsreferat for BPR-mødet
d. 31.oktober 2023 kl. 13 på Vinnies kontor

Dagsorden d. 31. oktober 2023

1. Det samskabte tilsyn.
Hvad går det ud på?
Hvilken rolle har BPR? 45 min?
2. Nyt fra Vinni
Økonomi, Indsatser og Udfordringer. 10 min
3. Orientering om ansøgning om midler. Elin. 5 min
4. Hvor mange penge har vi tilbage til det sidste arrangement?
Status på økonomien. Gert. 10 min
5. Status på pårørendemøde d. 14. november. Elin 10 min
6. Suppleringsvalg. Vinnie 5 min.
7. Evt.

Ad. 1.

Vi havde besøg af medarbejdere fra kommunen, personale fra Hyrdehøj Plejecenter og pårørende. Vi var samlet for at få mere at vide om "det samskabte tilsyn" og om BPR's rolle i det. Fremover vil BPR indgå i det lokale kvalitetsråd, og der bliver holdt 4 lokale kvalitetsrådsmøder i sammenhæng med BPR-møderne i 2024. Der er ingen andre kommuner, der arbejder med samskabt tilsyn. Roskilde Kommune er pionerer på dette område. Vi vil modtage et skriftligt materiale om samskabt tilsyn fra Roskilde Kommune, og dette sender vi videre til plejehjemmets pårørende.

Bruger- og pårørenderåd

Ad.2.

Punktet blev udskudt til næste møde.

Ad.3.

Der er nu ansøgt om midler fra frivilligpuljen til næste års arrangementer.

Ad.4.

Der blev givet en status på forbrug af frivilligmidler i 2023. Der har været udgifter til 4 musikarrangementer samt forplejning til pårørende ved arrangementerne. Pt. mangler vi et overblik over de samlede udgifter til forplejning. Der er dog midler nok til det sidste arrangement, som er et julearrangement med Domkirkens kirkekor, hvor der skal være udgifter til kirkekoret, forplejning og juledekorationer.

Ad.5.

Programmet for pårørendemødet d. 14. november blev fremlagt.

Ad.6.

Der blev valgt nyt beboermedlem til BPR. Navnet på beboeren vil komme på listen over BPR-medlemmer, så snart det nye medlem er blevet orienteret om valget.

Ad.7.

Datoer for BPR og lokale kvalitetsrådsmøder i 2024 er:

D. 15. januar	BPR 12.30 – 13.30 Lokal kvalitetsrådsmøde 13.30 – 15.00
D. 15. april	BPR 12.30 – 13.30 Lokal kvalitetsrådsmøde 13.30 – 15.00
D. 12. august	BPR 12.30 – 13.30 Lokal kvalitetsrådsmøde 13.30 – 15.00
D. 11. november	BPR 12.30 – 13.30 Lokal kvalitetsrådsmøde 13.30 – 15.00

Bruger- og pårørenderåd

Domkirkens voksenkor på besøg i Cafe Sletten.

Søndag den 3. december 2023 skabte Domkirkens voksenkor julestemning i Cafe Sletten sammen med beboere og pårørende. Der blev sunget både danske, tyske og engelske julesange. Og så var der fælles sange, som vi alle flittigt sang med på. Det var en time med mange smukke klange fra det dygtige kor, der bragte juleminderne frem i os alle.

Godt nytår!

Bruger og Pårørende Rådet

Domkirkens Voksenkor



Interne kontaktoplysninger på Plejecenteret

Hovednummeret til Plejecenteret: 46 31 36 50

Kontaktinformation

Redaktør på Husavisen
Helen Ghauri heleng@roskilde.dk.

Ledelse

Centerleder
Vinni Lau Rasmussen

30841461

vinniras@roskilde.dk

Afdelingsledere

Charlotte I. Petersen

Afdelingsleder for
 Magnoliekvarteret (lejl. 11-42)

23826788

charlotteip@roskilde.dk

Træffes bedst i dagstimerne.

Britt Melgaard

Afdelingsleder for
 Skovkvarteret, lejl. 43-74 + lejl. 99-104

23826480

brittsi@roskilde.dk

Træffes bedst i dagstimerne.

Lone Blach

Afdelingsleder for
 Blomsterhuset, lejl. 1-10
 Træffes bedst i dagstimerne.

23826793

loneblach@roskilde.dk

Rengøring - koordinator

Gitte Rosenkilde

24457832

gitteros@roskilde.dk

Vakeri: Charlotte M. Jensen

24454435

charlottejen@roskilde.dk

Teknisk Service:

Steen Juliussen
Kim Berlin

24669379

40253293

steenju@roskilde.dk

kimmb@roskilde.dk

Vagttelefon Skov kvarteret

24447910

Det er bedst at ringe efter klokken 11, med mindre det drejer sig om noget akut

Vagttelefon Magnolie kvarteret

24448713

Det er bedst at ringe efter klokken 11, med mindre det drejer sig om noget akut

Vagttelefon aften og nat

24450138

Det er bedst at ringe inden klokken 17, eller efter klokken 19, med mindre det drejer sig om noget akut

Vagttelefon Blomsterhuset

24454435

Det er bedst at ringe efter klokken 11, med mindre det drejer sig om noget akut

Aktivitetskoordinator:

Helen Ghauri

24 45 46 97

heleng@roskilde.dk

Ernæringsansvarlige:

Katrine og Camilla (Magnolie kvarteret)
 Laila og Anette (Skovkvarteret)

katrinels@roskilde.dk
 camillaer@roskilde.dk
 lailad@roskilde.dk
 anettejep@roskilde.dk

Eksterne kontaktoplysninger

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

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

Praktisk information

Fødselsdage:



Ved fødselsdage kan beboeren bestille lagkage eller andet. Køkkenet skal have besked 2 dage før.



Afbestilling af mad:

Mad afbestilles senest kl. 12 dagen før. Mail sendes til de ernæringsansvarlige i de respektive kvarterer. Se mails i interne kontaktoplysninger.



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.



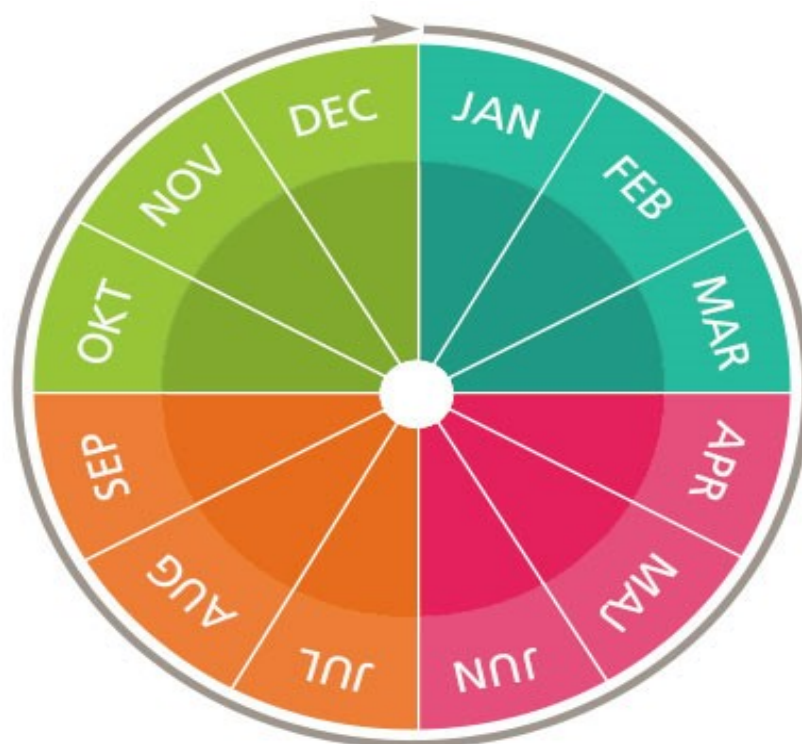
Bestilling af mad til pårørende:

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



Januar

**9. kl. 16.00-17.00 i Cafe Sletten
BPR—Nytårskur**

**29. kl. 10.00-12.00
Damernes butik i Cafe Sletten.**

Februar

Fastelavn

Marts

Påskefrokost

Borgermøde i Magnolie kvarteret

Vinni byder velkommen til borgermødet, og ønsker velbekomme til de, som ikke er færdige med at spise frokost.

Hvad rører sig:

Nu er der kun en uge til jul. Og der er købt ekstra godter. Mon vi får en hvid jul?

Vi har haft klippe/klistre dag, musik med børnehaven har gået lucia, juleshow med Stine og Martin, Sct. Jørgens skolekor.

Der er tilbagemeldinger på, om man er hjemme eller ude i julen. Køkkenet har sørget for lidt ekstra lækkert her i juletiden.

Kintella er skudt i gang.

Aktiviteter:

Vinni fortalte om de kommende aktiviteter for resten af måneden. På onsdag kommer Frøken Flormelis og Æbleskiverne, og der er julegudstjeneste på fredag. Aktivitetskalenderen er i husavisen, og på tavlen foran personalekontoret.

Plejen:

Ingen bemærkninger.

Mad og måltider:

Borgerne har intet at bemærke. Vinni fortæller om projekt ”madspild”, hvor rester bliver vejet. Der bliver spurgt til, hvad der sker med resterne. Og Vinni fortæller, at man ikke længere giver grisene maden, men at det bliver destrueret på en bæredygtig måde. Og spørg endelig personalet, hvis I har særlige ønsker, så bringer de det videre.

Ønsker:

Der er ingen ønsker.

Vinni takker for et godt møde og ønsker alle en glædelig jul samt et godt nytår.

Borgermødet i Skovkvarteret den 14. december 2023 blev desværre aflyst.

Vi leder efter netop dig som frivillig

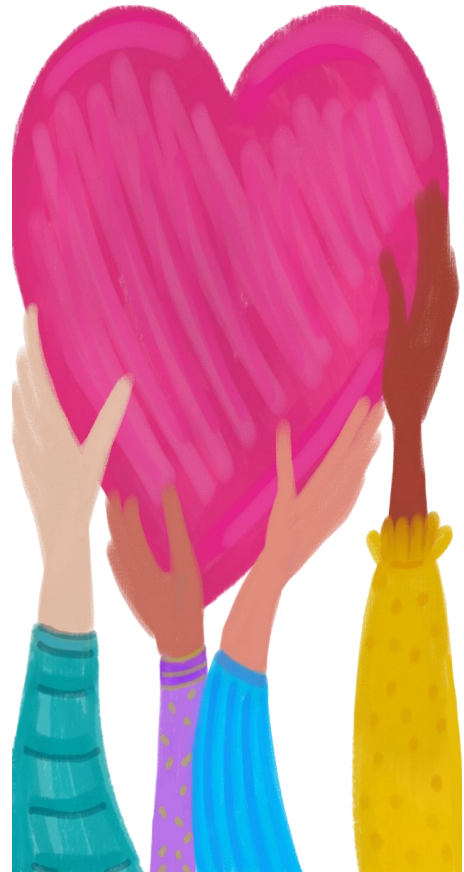
Vil du være frivillig hos os?

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.

Aktivitet i december måned



Stine og Martins juleshow var et show ud over det sædvanlige. Borgerne synes det var hyggeligt.

Der var underholdning blandet med julesange.



Sct. Jørgens skole skolekor var på besøg fredag den 8.12.23.

De sang nogle skønne sange, og borgerne blev rørt.

Tak for besøget.



Børnehaven Hyrdehøj gik lucia på Hyrdehøj Plejecenter til stor glæde for borgerne. Og børnene blev meget glade for deres slik-Poser.



Aktivitet i december måned



Shopping på Ros Torv og julehygge hos Anne og John.



Sidste bankospil for i år.



Hygge



Underholdning med Frøken Flormelis og Æbleskiverne med en masse dejlige julesange og -salmer. Der blev sunget med på de kendte sange. Publikum synes Frøken Flormelis sang smukt.



Julefrokost den 1. december 2023.



Så blev det endelig december, og borgere og personale holdt julefrokost i de respektive kvarterer.



Endnu engang var der lækker mad fra køkkenet, så mange tak for det.



Hygge—juleklippe og –klistre.



Onsdag den 6. december 2023 var der hygge i cafe Sletten med juleklippe- og klistre. Der blev serveret æbleskiver og gløgg, men der var også kiksekage og julesmåkager.

Der var mange pårørende og borgere der så ud til at hygge sig, og Morten spillede skøn julemusik, hvor mange sang med og julestemningen var helt i top.



Juletræet med sin pynt....

Borgere og pårørende har pyntet træet, som står ved hovedindgang en..



PÅRØRENDE TILBUD

Kære pårørende.

Roskilde kommune har flere tilbud, der henvender sig til pårørende. Nedenfor har vi samlet nogle af de tilbud, som kan være relevante for en, som er pårørende til et menneske, der bor på plejehjem. Tilbuddene er til borgere bosat i Roskilde Kommune. Hvis du er i tvivl, om omstående er et tilbud for dig, har du mulighed for at kontakte Roskilde kommunes pårørendekonsulenter på tlf: 46 31 77 02, som kan guide og vejlede dig.

Hvem er pårørende?

En pårørende dækker over mange ting. Det kan være en ægtefælle eller samlever, voksne børn, en nabo, god ven eller kollega. Det, der er vigtigt er, at I har en tæt relation.

Lær at tackle—hverdagen som pårørende

Er et kursus til dig over 18 år, som er tæt på et menneske med langvarig sygdom, uanset hvad den syge fejler. På kurset arbejder vi med de udfordringer, som ofte følger med at være pårørende, så du bliver bedre til at passe på dig selv.

For tilmelding kontakt pårørendekonsulenterne på tlf: 46 31 77 02 eller send en mail til sundhedforalle@roskilde.dk—skriv "Pårørendekonsulent i emnefeltet.

Kursus for pårørende til en hjerneskadet

I Roskilde Kommune kan du som pårørende til en borger med erhvervet hjerneskade deltage i et undervisningsforløb, der giver dig indsigt i nogle af de forhold, man som pårørende til en hjerneskaderamt typisk oplever. På kurset er det muligt at møde andre pårørende, og der lægges op til både undervisning, dialog og netværksdannelse

For tilmelding kontakt Hjerneskadekoordinator på telefon 46 31 66 56.

Tilbud til pårørende til demensramte

Pårørendekursus er for dig, der er tæt på en med demens. Det kan som pårørende være svært at vænne sig til den nye hverdag, hvis en, man har nær, er ramt af demens. På kurset får du viden om demens som sygdom og ideer og redskaber til at klare dagligdagens udfordringer, som kan følge med en demenssygdom.

Pårørendegrupper. Her kan du møde andre i samme situation, få redskaber til støtte for dig i hverdagen som pårørende og stille spørgsmål om netop det, du går og tænker på.

For tilmelding kontakt demenskonsulenten på telefon: 46 31 61 27 - du kan ringe mellem 8.30-9.30 eller på e-mail: demensteam@roskilde.dk

Gudstjeneste



Kære alle.

I denne måned vil der være gudstjeneste

Fredag den 12. januar 2024 Kl. 13.00.

Gudstjenesten vil blive afholdt i
Cafe Sletten.



Præst Torben Jeppesen

I denne måned har vi fødselarer i huset:



Tillykke til alle fødselarer,
vi kipper med flaget

- 1. Amlie (magnolie kvarteret)**
- 4. Lis Lykke (skovkvarteret)**
- 16. Anna (skovkvarteret)**
- 17. Susanne (blomsterhuset)**
- 17. Inge M. (magnolie kvarteret)**
- 23. Jan (magnolie kvarteret)**
- 23. Anny O. (skovkvarteret)**
- 26. Birthe B. (skovkvarteret)**
- 30. Jonni (skovkvarteret)**
- 31. Lis N. (skovkvarteret)**

TILLYKKE

SE HER—Gratis ledsageordning til synshandicappede



Gratis ledsageordning til synshandicappede over 67 år

Er du pårørende til en synshandicappet over 67 år – eller er du selv **blind eller stærkt svagsynet** og fyldt 67 år – så se her!

DET FÅR DU:

- 7 timers ledsagelse pr. måned med mulighed for opsparing
- Du kan selv vælge din ledsager eller få hjælp af DUOS
- Du vælger selv, hvilke aktiviteter du har brug for ledsager til

OM ORDNINGEN:

Ordnningen om ledsagere til ældre over 67 år med synshandicap er finansieret gennem finansloven med Socialstyrelsen som tilsynsmyndighed. Dansk Blindesamfund visiterer til ordningen, og DUOS, der er en af landets største leverandører af velfærdsydelser, herunder ledsagelse, forestår alle opgaver i forbindelse med selve ledsagelsen.

GRATIS TILBUD TIL DIG, DER ER:

- fyldt 67 år
- er blind eller stærkt svagsynet med max 10 % synsrest

SÅDAN KOMMER DU MED I ORDNINGEN

Ring til Dansk Blindesamfunds visitationsmedarbejdere på telefon 69 16 16 58 mandag til fredag mellem kl. 9.00 og 15.00 eller **send en mail til:** medlemsservice@blind.dk

Aftenmenu januar

MAN	Forloren skildpadde	Gammeldags æblekage
1	Med halvt æg og hjemmebagt flute	Med flødeskum og ribsgele
TIR	Hakkebøf	Solbærsuppe
2	Med bløde løg, skysovs og rødbeder	Med tvebakker
ONS	Dampet laks	Rødgrød
3	Med citronsovs og smørdampede gulerødder	Med fløde
TOR	Svampefrikadeller	Nougat is
4	Med stuvet hvidkål og rødbeder	Med vanillevafler
FRE	Forloren hare	Kirsebærmousse
5	Med vildtsovs, bønner og ribsgele	På makronbund med flødeskum
LØR	Stegt kylling	Pærevælling
6	Med skysovs, blommechutney og drueagurker	
SØN	Braiseret svinekæbe	Cocktailfromage
7	Med kartoffelmos med jordskokke og surt	Med flødetop
MAN	Kødboller	Fersken
8	Med hvidvinssovs og vintersalat	Med makronflødeskum
TIR	Grøn kålsuppe	Æbleskiver
9	Med flæsk, pølse og sennep	Med solbærsyltetøj
ONS	Fiskelasagne	Fløde/karamelfromage
10	Med råkost	Med flødeskum
TOR	Millionbøf	Yoghurtdessert
11	Med kartoffelmos og rødbeder	Med pærekompot og chokolade
FRE	Tikka Masala	Solbær/ribsgrød
12	Med knoldselleri og krydderier	Med fløde
LØR	Sprængt kam	Tunmousse
13	Med peberrodssovs og timianbagte gulerødder	Med dilledressing og pynt
SØN	Rullesteg/svesker	Hindbærdessert
14	Med skysovs, rødkål og asier	Med flødeskum
MAN	kylling	Blommetrifli
15	I estragon/sennepssovs og rødløgskompot	Med flødeskum
TIR	Kartoffelgratin	Ymerfromage
16	Med spinat, ost og rødkålssalat	Med brombærsovs
ONS	Frikadeller	Vanillebudding
17	Med stuvet ærter og gulerødder, samt surt	Softsauce
TOR	Brændende kærlighed	Abrikosgrød
18	Med rødbeder	Med fløde

Aftenmenu januar

FRE	Stegt fisk	Panna cotta
19	Med persillesovs, citron og gulerodssalat med sennep	Med pærekompot
LØR	Kalkunschnitzel	Risengrød
20	Med champignonsovs, smørdampede gulerødder	Med kanel sukker og smør
SØN	Flæskesteg	Appelsinfromage
21	Med hjemmekogt rødkål og brunede kartofler	Med flødeskum
MAN	Grøntsagsfrikadelle	Vanilleis
22	Med stegte kartofler og rødbedesalat	Med chokoladesovs og vafler
TIR	Kalvehjerter	Tiramisu i glas
23	I flødesovs med kartoffelmos og tyttebær	Pyntet med kakaopulver
ONS	Benløse fugle (gris)	Skovbærdessert
24	Med bagte rodfugter og surt	
TOR	Kogt torsk	Baileysfromage
25	Med sennepssovs, æg, rødbeder og bacon i tern	Med flødeskum og chokolade
FRE	Medister	Æblegrød
26	Med skysovs og hjemmekogt rødkål	Med fløde
LØR	Kogt kylling	Høsekødssuppe
27	Med peberrodssovs, gulerødder og persilledrys	Med boller og urter
SØN	Nakkesteg	Cognacmousse
28	Stegt som vildt med skysovs og waldorfsalat	Med nøddekrokant
MAN	Krebinet	Pandekage
29	Med skysovs, brasede kartofler og ærter	Med is og jordbærsyltetøj
TIR	Fiskefrikadeller	Muldvarpeskud
30	Med kaperssovs, citron og coleslaw af rodfrugter	(Sveskedessert)
ONS	Svampestroganoff	Alliancegrød
31	Med grov kartoffelmos og surt	Med fløde

Spørgsmål omkring allergener kontakt køkkenet





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

Æret være Deres minde!

Erik Rove Dybdal, Magnolie kvarteret

Henning Peder Klausen, Skovkvarteret



Aktivitetskalender

Dato	
Mandag den 1.	Nytårsdag.
Tirsdag den 2.	Kl. 14.15-16.00 – Biograf i de respektive afdelinger. Personalet sætter film på.
Onsdag den 3.	Kl. 10.00-12.00 – Aktiviteter og nærvær med Seniorhøjskolen i Kilden. Kl. 13.00 – besøg af Bo og hunden Ludwig.
Torsdag den 4.	Kl. 10.30-11.30 – Banko i Cafe Sletten.
Fredag den 5.	Brunch i de respektive kvarterer.
Lørdag den 6. Helligtrekongersdag	
Søndag den 7.	
Mandag den 8.	Kl. 10.00-10.45 – Sansoplevelser og bevægelse med Sanne i Cafe Sletten.
Tirsdag den 9.	Kl. 14.15-16.00 – Biograf i de respektive afdelinger. Personalet sætter film på.
Onsdag den 10.	Kl. 10.00-12.00 – Aktiviteter og nærvær med Seniorhøjskolen i Kilden. Kl. 13.00 – besøg af Bo og hunden Ludwig. Kl. 14.00-15.30 – Onsdagscafe i Cafe Sletten med Ejnar. Kl. 14.00-14.30 – Kaffe og kage. Kl. 14.30-15.30 – Musik, hygge, dans og fællessang.
Torsdag den 11.	
Fredag den 12.	Kl. 13.00-13.30 – Gudstjeneste i Cafe Sletten.
Lørdag den 13.	
Søndag den 14.	
Mandag den 15.	
Tirsdag den 16.	Kl. 14.15-16.00 – Biograf i de respektive afdelinger. Personalet sætter film på.
Onsdag den 17.	Kl. 10.00-12.00 – Aktiviteter og nærvær med Seniorhøjskolen i Kilden. Kl. 13.00 – besøg af Bo og hunden Ludwig.
Torsdag den 18.	Kl. 10.30-11.30 – Banko i Cafe Sletten.
Fredag den 19.	
Lørdag den 20.	
Søndag den 21.	
Mandag den 22.	

Aktivitetskalender

Tirsdag den 23.	Kl. 14.15-16.00 – Biograf i de respektive afdelinger. Personalet sætter film på.
Onsdag den 24.	Kl. 10.00-12.00 – Aktiviteter og nærvær med Seniorhøjskolen i Kilden. Kl. 13.00 – besøg af Bo og hunden Ludwig.
Torsdag den 25.	Kl. 10.30-12.00 – Quiz om Danmark med seniorhøjskolen i Kilden.
Fredag den 26.	
Lørdag den 27.	
Søndag den 28.	
Mandag den 29.	Kl. 10.00-12.00 – Damernes Butik (tøjsalg) i Cafe Sletten.
Tirsdag den 30.	Kl. 10.00-10.45 – Sanseoplevelser og bevægelse med Sanne i Cafe Sletten. Kl. 14.15-16.00 – Biograf i de respektive afdelinger. Personalet sætter film på.
Onsdag den 31.	Kl. 10.00-12.00 – Aktiviteter og nærvær med Seniorhøjskolen i Kilden. Kl. 13.00 – besøg af Bo og hunden Ludwig.

Forbehold for ændringer.

Hyrdehøjs frivillige



**Fra venstre:
Brita, Makbule, Gert (også medlem af BPR) og
Poul.**

Fraværende: Bente Juul, Bente Palmkvist.

Velkommen til vores nye medlemmer: Karen Margrethe Rindom, og Jette, som ikke er på billedet.

Hvis I støder ind i disse skønne mennesker , så møder I vores frivillige.

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

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

Frivilligcentrets Plejecentergruppe - Frivillige søges

” Søges: Omsorgsansvarlige frivillige:

Vi mangler frivillige “varme hænder” på plejecentrene.

Som frivillige kan vi løse nogle af de omsorgsopgaver, som personalet ikke har tid nok til. Vi er så småt i gang med dette arbejde på to plejecentre, men behovet er langt større, så vi har brug for dig.

Hvad kan du bidrage med? Du kommer som almindelig borger med hjertet på rette sted og hjælper med de opgaver, som personalet beder dig om. Det kan fx være at sludre lidt med borgerne på plejecentret, drikke en kop kaffe med dem, læse højt, gå en kort tur eller blot være til stede og lytte.

Er du interesseret?

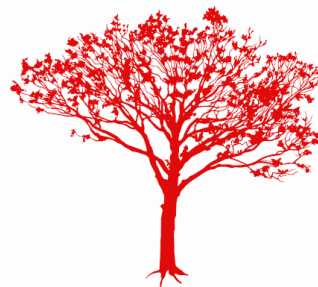
Så send en e-mail til: Frivilligcenter@roskilde.dk eller kontakt Lise Hogstad via e-mail lise@hogstad.dk eller ring på 4292 0592,

Venlig hilsen

Frivilligcentrets Plejecentergruppe (en del af Fælleskabs Formidlerne).

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

						KONTROL		GRINE	EN	FOR-NAVN	FODTØJ
						FAR-TØJ					
						DRIK			FILM		
						2. UBE-KENDT		PADDE	BIB. NAVN		
★	JOBDET	ØSTRIG	NUM-MER	↓	ILD- STEDER	TOV- SANGER				GAMMEL AFGIFT	
KØKKEN- UP- STYR							BLOMST TØR				
ANB.		BUSK FOR- BUND							ENG. STEDORD PRON- NING		
FYLD- ORD			TITEL VARSEL					SPISE UNION		GARN	
FOD- TØJ				↓		VALUTA RED- SKAB				POTE	
ITALIEN		BY PERIODE					FUGL BLONDE				
FUGLE					FISK SAMLER						
KANT				↓	FAR- TØJ			FOR- NAVN OVER- TAGE		VARME- KILDE	
NEON			VINTER- LEJE UNGE			PAS- SEDE BIB. FORK.				SMALL FRUGT	
TARA		TJENER E-POST							FLOD FILM- FIGUR		
FYRSTE- DØMME							SKRIG FILM- FIGUR				
FØDE				↓	TON	CYKEL- UDSTYR SKIB				NATI- ONER	
			PRØVE KURS					PULVER STED- NAVN			
VIRK- SOMHED										KLOG	
500		LILLE VEJ GRINEDE				TV- SERIE STRAKS					
VAND- LØB				→	STED- ORD				GER- NING KILO		
TALORD			DEFEKT				RED- SKAB				

Navn: _____ Bolignummer: _____

Navn: _____

Løsning inkl. navn og bolignummer afleveres til Helen Ghauri senest onsdag den 24.1.24 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:

Kirsten O. Nielsen, magnolie kvarteret.

Husk at sende din kryds og tværs besvarelse til mig.



**Præmie:
En æske chokolade**

BANKO

HUSK

AT DER SPILLES BANKO ET PAR GANGE OM MÅNEDEN—KIG I AKTIVITETSKALENDEREN FOR AT SE, HVORNÅR VI SPILLER.

DET KOSTER 10 KR. PR. PLADE, SÅ HUSK PENGE!



VI SER FREM
TIL AT DU
KOMMER OG
DELTAGER.