



# **HYRDEHØJ PRESSEN**



**Oktober 2024**



**Lederen—side 3-4**

**Kirkebilen—side 15**

**Aftenmenu-side 21-22**

**Aktiviteter—side 24-25**

**[www.plejecenthyrdehoej@roskilde.dk](http://www.plejecenthyrdehoej@roskilde.dk)**

**Mail: [plejehyrdehoej@roskilde.dk](mailto: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
Interne kontaktoplysninger .....	7-8
Eksterne kontaktoplysninger .....	9
Praktisk information .....	10
Årshjulet for større begivenheder.....	11
Vi leder efter netop dig som frivillig.....	12
Aktiviteter i september måned .....	13-14
Kirkebilen .....	15
Gudstjeneste.....	16
Borgermøder .....	17
Pårørende tilbud .....	18
Fødselsdage .....	19
Gratis ledsageordning .....	20
Aftenmenu for oktober måned.....	21-22
Afsked.....	23
Aktivitetskalender .....	24-25
Frivillige.....	26-27
Tøj salg—Damernes Butik .....	28
Vågetjenesten.....	29
Månedens opgave og månedens vinder .....	30-31
Banko.....	32

## Kære beboere og pårørende.




Når vi ser tilbage på september, kan vi ikke undgå at bemærke det dejlige vejr, der har præget måneden. Solen har skinnet, og de milde dage har været fyldt med liv og glæde her på plejecenteret. Det har været skønt at se alle nyde de varme dages udendørs aktiviteter, hvor vi har kunnet samles på terrasserne, nyde en god bog eller blot beundrer den skønhed, som vores have byder på.

Nu står efteråret for døren, og med det følger en fantastisk farverig forvandling i naturen. Træerne vil snart klæde sig i nuancer af orange, gul og rød, og det er en skøn anledning til at klæde sig godt på og tage på tur. Efterårets skønhed minder os om tidens gang og de forandringer, som naturen gennemgår – ligesom livet selv.

I denne måned vil vi også fokusere på vores trivselsundersøgelse. Jeres feedback er uvurderlig, da den hjælper os med at skabe et miljø, hvor alle føler sig hjemme og glade. Vi opfordrer alle til at deltage og dele deres tanker, så vi sammen kan sikre, at plejecenteret er et sted, hvor vi trives og har det godt.

Samtidig er det værd at nævne, at den nye ældrelov nu er trådt i kraft. Denne lov skal sikre, at alle ældre får de nødvendige ressourcer og støtte, de har brug for i deres hverdag. Vi vil gøre vores bedste for at implementere denne lov i vores daglige arbejde og sikre, at I som beboere får den bedst mulige pleje og omsorg.



Lad os alle sammen tage imod efteråret med åbne arme. Uanset hvad årstiden bringer, er vi her for at støtte og inspirere hinanden. Jeg vil slutte af med de første to vers af Grundtvigs ”nu falmer skoven trindt om land. Den kan man næsten ikke komme uden om ved denne årstid.

## NU FALMER SKOVEN TRINDT OM LAND

1. Nu falmer skoven trindt om land,  
og fuglestemmen daler;  
alt flygted storken over strand,  
ham følger viltre svaler.

2. Hvor marken bølged nys som guld  
med aks og vipper bolde,  
der ser man nu kun sorten muld  
og stubbene de golde.

Rigtig godt efterår

Centerleder  
Vinni Rasmussen

**Velkommen til nye beboere**



**VELKOMMEN!**

Bibijana Henningsen—bolig 37  
Lars Kirkebække—bolig 29

## Bruger- og pårønderåd

Vor opgave er hovedsagelig at være et bindeled mellem beboer – 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 pårønderådets medlemmer

<b>Elin Jørgensen</b>	<b>Formand og sekretær</b>	<b>Skovkvarteret Pårørende</b>
<b>Lillian Skovkjær</b>	<b>Næstformand</b>	
<b>Vibe Andreasson</b>	<b>Kassérer</b>	<b>Skovkvarteret pårørende</b>
<b>Kirsten Alvang</b>	<b>Bestyrelsesmedlem</b>	<b>Blomsterhuset pårørende</b>
<b>Repræsentant fra Ældrerådet</b>		
<b>Herland Pedersen</b>	61 27 46 36	<a href="mailto:hermand_pedersen@yahoo.dk">hermand_pedersen@yahoo.dk</a>

## 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**

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**  
Konstitueret 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

<b>Rengøring - koordinator</b> <b>Gitte Rosenkilde</b>	2445 7832	gitteros@roskilde.dk
<b>Vaskeri: Charlotte B. Jensen</b>	2445 4435	charlottejen@roskilde.dk
<b>Teknisk Service:</b> <b>Kim Berlin</b> <b>Jonas Hansen</b>	4025 3293 2112 4363	kimmb@roskilde.dk 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 4435	Det er bedst at ringe efter klokken 11, med mindre det drejer sig om noget akut
<b>Aktivitetskoordinator:</b>		
<b>Helen Ghauri</b>	2445 4697	heleng@roskilde.dk
<b>Ernæringsansvarlige:</b>		
Katrine og Camilla (Magnolie kvarteret) Laila og Anette (Skovkvarteret)		katrinels@roskilde.dk camillaer@roskilde.dk lailad@roskilde.dk anettejep@roskilde.dk



## Eksterne kontaktoplysninger på Plejecenteret

<b>Omsorgstandplejen:</b>	46 31 71 00	
<b>Roskilde Kommune</b>	46 31 30 00	
<b>Husavisen kan downloades på vores hjemmeside: <a href="mailto:plejehyrdehoej@roskilde.dk">plejehyrdehoej@roskilde.dk</a></b>		

## 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. 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](http://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](mailto:heleng@roskilde.dk).



### Indlæg til husavisen:

Indlæg til næste måneds husavis skal sendes til Helen Ghauri [heleng@roskilde.dk](mailto: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



**November** Musik med Senior Service  
Onsdag den 13. november 2024  
Kl. 14-15.30 i Cafe Sletten

Husets fødselsdag  
Mandag den 18. november 2024  
Kl. 12 i Cafe Sletten.

**December** Julefrokost  
Onsdag den 4. december 2024  
Kl. 12 i kvartererne.

Børne- og juniorkor fra Roskilde  
Domkirke  
Lørdag den 7. december 2024  
Kl. 14.30 i Cafe Sletten.

Lucia med børn fra Tjørnegårds-  
skolen fredag den 13. december 24.

# Vi leder efter netop dig som frivillig

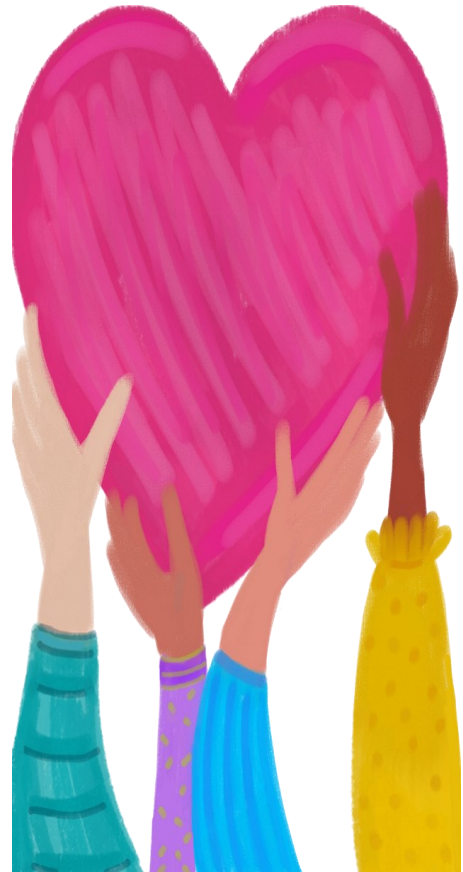
## Vil du være frivillig hos os?

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](mailto:heleng@roskilde.dk)

Tlf. 2445 4697.

# Aktiviteter i september måned

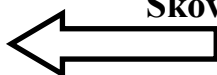
## Sanseoplevelser og bevægelse.



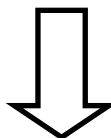
## Knud-Erik spille op til brunch og dans i Skov- kvarteret.



## Spontant øjeblik i Skovkvarteret.



## Bagning i Skovkvarteret.



## Sanseoplevelser



# Aktiviteter i september måned

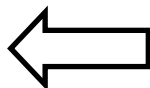


**Bustur i  
Magnolie  
kvarteret.**



**Besøg fra  
Kulturskolen  
Roskilde.**

**Tak for mu-  
sikken.**



**Klar til  
cykeltur**



**Sang med Morten**

## Kirkebil

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

"Kirkebil" 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 kirkebil:*

Kirkebil bestilles på kordegnekontoret:

Mandag - fredag 10.00 - 15.00

på tlf. 46 35 58 14 eller

mail [kordegn@roskilledomkirke.dk](mailto:kordegn@roskilledomkirke.dk)

*Kirkebil til søndagens gudstjenester skal bestilles*



# Gudstjeneste



Kære alle.

I denne måned vil der være gudstjeneste

***Fredag den 11. oktober 2024 Kl. 13.00.***

Gudstjenesten vil blive afholdt i  
Cafe Sletten.



Præst Torben Jeppesen



# Borgermøder

## Kort fortalt:

Generelt til borgermødet blev der talt om, at der var stor tilfredshed med maden og aktiviteterne. Især en borger i skovkvarteret gav udtryk for, at han er glad for den opbakning han får, når han sidder og spiller musik.

Borgerne er især glad for musik og deltager gerne i disse arrangementer herunder onsdagscafe.

Næste møde i **Skovkvarteret** er

**Torsdag den 14. november 2024 kl. 12.30-13.00.**

## Dagsorden for begge kvarterer:

- **Hvad rører sig**
- **Omsorg**
- **Værdighed**
- **Livskvalitet**

Næste møde i **Magnolie kvarteret** er

**Tirsdag den 19. november 2024 kl. 12.30-13.00.**



## 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](mailto: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](mailto:demensteam@roskilde.dk)

**I denne måned har vi fødselarer i huset:**



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

**6. Poul-Erik (magnolie kvarteret)  
22. Bent (magnolie kvarteret)  
og  
23. Klaus (blomsterhuset).**

**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](mailto:medlemsservice@blind.dk)

# Aftenmenu oktober

<b>TIR</b>	<b>Forloren skildpadde</b>	<b>Rombudding</b>
1	Med halvt æg og hjemmebagt flute	Med brombærsovs
<b>ONS</b>	<b>Kalkunschnitzel</b>	<b>Gammeldags æblekage</b>
2	Med skysovs stegte kartofler og ratatouille	Med flødeskum og ribsgeleé
<b>TOR</b>	<b>Brændene kærlighed</b>	<b>Ymerfromage</b>
3	Med persillerødder, løg og rødbeder	Med jordbærsovs
<b>FRE</b>	<b>Frikadeller</b>	<b>Chokolademousse</b>
4	Med stuvet hvidkål og rødbeder	Med flødeskum
<b>LØR</b>	<b>Coq au vin</b>	<b>Øllebrød</b>
5	Fjerkræ med rødvin, bacon og dampet gulerødder	Med flødeskum
<b>SØN</b>	<b>Rullesteg/svesker</b>	<b>Pære i portvin</b>
6	Med skysovs, rødkål og asier	Hjemmesyltet pære med råcreme
<b>MAN</b>	<b>Stegt sild</b>	<b>Blommegrød</b>
7	Med hvid løgsovs og romainesalat med æbler	Med fløde
<b>TIR</b>	<b>Kalvelever gryde</b>	<b>Is</b>
8	Med chamignon, porre, peberfrugt og asier	Med karamelsauce
<b>ONS</b>	<b>Kartoffeltærte</b>	<b>Kirsebærfromage</b>
9	Med rødkålssalat og appelsin	Med flødeskum
<b>TOR</b>	<b>Boller i selleri</b>	<b>Abrikosris</b>
10	Med smørdampede gulerødder og grønt drys	
<b>FRE</b>	<b>Kyllingepate</b>	<b>Fersken</b>
11	Med skysovs og æble/sellerisalat	Med makronflødeskum
<b>LØR</b>	<b>Revelsesben</b>	<b>Rosenkålssuppe</b>
12	Med skysovs og hjemmekogt rødkål	Med baconern
<b>SØN</b>	<b>Mørbradgryde</b>	<b>Fløderand</b>
13	Med bacon, cocktailpølser og drueagurker	Med syltede brombær
<b>MAN</b>	<b>Grøntsagsfrikadeller</b>	<b>Bærsuppe</b>
14	Med skysovs og bagte rodfrugter	Med ristet havregryn
<b>TIR</b>	<b>Krebinet</b>	<b>Solbær/ribsgrød</b>
15	Med stuvet ærter og gulerødder og asier	Med fløde
<b>ONS</b>	<b>Kartoffelsuppe</b>	<b>Tiramisu i glas</b>
16	Med sprødstegt bacon og brød	Pyntet med kakaopulver
<b>TOR</b>	<b>Medister</b>	<b>Baileysfromage</b>
17	Med skysovs og hjemmekogt rødkål	Med flødeskum og chokolade
<b>FRE</b>	<b>Hjemmerøget laks</b>	<b>Blommetrifli</b>
18	Med hollandaise, citron og råkost af rodfrugter	Med flødeskum
<b>LØR</b>	<b>Braiseret svinekæbe</b>	<b>Snitte, gravad Laks</b>
19	Med kartoffelmos, rødløgskompot og asier	Med dilldressing, dild og pynt
<b>SØN</b>	<b>Nakkesteg</b>	<b>Cocktailfromage</b>
20	Stegt som vildt med waldorfsalat og drueagurker	Med flødetop
<b>MAN</b>	<b>Kalkungryde</b>	<b>Petit fours</b>
21	Med løse ris og æble/rosinchutney	Små kager med fyld

# Aftenmenu oktober

<b>TIR</b>	<b>Gule ærter</b>	<b>Æbleskiver</b>
22	Med flæsk,pølse,sennep og rødbeder	Med solbærsyltetøj
<b>ONS</b>	<b>Stegt fisk</b>	<b>Skyrfromage</b>
23	Med persillesovs,citron og gulerodssalat med sennep	Med bærsovs
<b>TOR</b>	<b>Indisk curry</b>	<b>Skovbærgrød</b>
24	Med nannbrød med nigellafrø og cremefraiche	Med fløde
<b>FRE</b>	<b>Paneret kotelet</b>	<b>Vanilleis</b>
25	Med paprikasovs og franske ærter	Med chokoladesovs og vafler
<b>LØR</b>	<b>Stegt kylling</b>	<b>Tarteletter</b>
26	Med sherrysovs,blommechutney og surt	Med skinke,ærter og gulerødder
<b>SØN</b>	<b>Flæskesteg</b>	<b>Appelsinfromage</b>
27	Med skysovs og hjemmekogt rødkål	Med flødeskum og pynt
<b>MAN</b>	<b>Efterårsgryde</b>	<b>Pandekager</b>
28	Med svinekød,cocktailpølser og kartoffelmos	Boysenbærsyltetøj
<b>TIR</b>	<b>Bagt fisk</b>	<b>Æblegrød</b>
29	Med æbler,hvidvinssovs,ærter og citron	Med fløde
<b>ONS</b>	<b>Forloren and</b>	<b>Pæredessert</b>
30	Med skysovs,tyttebær og surt	Med flødecreme og makroner
<b>TOR</b>	<b>Braiseret oksetykkam</b>	<b>Hokaidosuppe</b>
31	Med æble/pastinak og grov urtemos	Med cremefraiche og ristede nødder

Spørgsmål omkring allergener kontakt køkkenet





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

***Æret være deres minde!***

***Agnete Holst Dahl—Skovkvarteret.  
Kirsten Hansen—Magnolie kvarteret.  
Jørn Holst—Magnolie kvarteret.***



# Aktivitetskalender

Dato	
<b>Tirsdag den 1.</b>	<b>Kl. 10.00-11.00 – Sanseoplevelser og bevægelse med Morten i Cafe Sletten. Kl. 13.00-14.30 – Bustur for borgere og personalet i Magnolie kvarteret sammen med Morten.</b>
<b>Onsdag den 2.</b>	<b>Kl. 14.00-15.30 – Onsdagscafe i Cafe Sletten med Morten. Kl. 14.00-14.30 – Kaffe og kage. Kl. 14.30-15.30 – Musik, hygge, dans og fællessang. Kl. 16.00-16.45 – Morten spiller musik i Blomsterhuset.</b>
<b>Torsdag den 3.</b>	<b>Kl. 10.00-11.00 – Højtlesning/sang med Morten i Cafe Sletten.</b>
<b>Fredag den 4.</b>	<b>Brunch i de respektive kvarterer. Morten bager i Magnolie kvarteret. Kl. 10.30-11.30 – Bustur for borgere og personalet i Blomsterhuset sammen med Morten.</b>
<b>Lørdag den 5.</b>	
<b>Søndag den 6.</b>	
<b>Mandag den 7.</b>	<b>Kl. 10.00-11.15 – Banko i Cafe Sletten. Kl. 13.00-14.00 – Herreklub med Morten i Kilden.</b>
<b>Tirsdag den 8.</b>	<b>Kl. 10.00-11.00 – Sanseoplevelser og bevægelse med Morten i Cafe Sletten. Kl. 13.00-14.30 – Bustur for borgere og personalet i Skovkvarteret sammen med Morten.</b>
<b>Onsdag den 9.</b>	<b>Kl. 10.00-12.00 – Morten undervises i Active Floor. Kl. 14.00-15.30 – Onsdagscafe i Cafe Sletten med Morten. Kl. 14.00-14.30 – Kaffe og kage. Kl. 14.30-15.30 – Musik, hygge, dans og fællessang. Kl. 16.00-16.45 – Morten spiller musik i Blomsterhuset.</b>
<b>Torsdag den 10.</b>	-
<b>Fredag den 11.</b>	<b>Morten bager i Skovkvarteret. Kl. 10.30-11.30 – Bustur for borgere og personalet i Blomsterhuset sammen med Morten. Kl. 13.00 – Gudstjeneste i Cafe Sletten.</b>
<b>Lørdag den 12.</b>	
<b>Søndag den 13.</b>	
<b>Mandag den 14.</b>	<b>Morten ferie i denne uge Personalet sætter film på.</b>
<b>Tirsdag den 15.</b>	-
<b>Onsdag den 16.</b>	<b>Kl. 10.00-11.30 – Dameklub i Kilden. Kun for inviterede.</b>
<b>Torsdag den 17.</b>	-



# Aktivitetskalender

<b>Fredag den 18.</b>	-
<b>Lørdag den 19.</b>	
<b>Søndag den 20.</b>	
<b>Mandag den 21.</b>	<p><b>Kl. 10.00-11.15 – Banko i Cafe Sletten.</b>  <b>Kl. 14.00-15.00 – Sang og musik med og af Loge nr. 5, Dronning Margrethe i Cafe Sletten.</b>  <b>Kl. 14 serveres kaffe og kage, og herefter begynder underholdningen.</b></p>
<b>Tirsdag den 22.</b>	<p><b>Kl. 10.00-11.00 – Sanseoplevelser og bevægelse med Morten i Cafe Sletten.</b>  <b>Kl. 13.00-14.30 – Bustur for borgere og personalet i Skovkvarteret sammen med Morten.</b></p>
<b>Onsdag den 23.</b>	<p><b>Kl. 14.00-15.30 – Onsdagscafe i Cafe Sletten med Morten.</b>  <b>Kl. 14.00-14.30 – Kaffe og kage.</b>  <b>Kl. 14.30-15.30 – Musik, hygge, dans og fællessang.</b>  <b>Kl. 16.00-16.45 – Morten spiller musik i Blomsterhuset.</b></p>
<b>Torsdag den 24.</b>	<b>Kl. 10.00-11.00 – Højtlesning/sang med Morten i Cafe Sletten.</b>
<b>Fredag den 25.</b>	<p><b>Morten bager i Skovkvarteret.</b>  <b>Kl. 10.30-11.30 – Bustur for borgere og personalet i Blomsterhuset sammen med Morten.</b></p>
<b>Lørdag den 26.</b>	
<b>Søndag den 27.</b>	
<b>Mandag den 28.</b>	<p><b>Kl. 10.00-12.00 – Salg af tøj i Damernes Butik i Cafe Sletten.</b>  <b>Kl. 10.00-11.00 – Cykelture med Morten.</b></p>
<b>Tirsdag den 29.</b>	<p><b>Kl. 10.00-11.00 – Sanseoplevelser og bevægelse med Morten i Cafe Sletten.</b>  <b>Kl. 13.00-14.30 – Bustur for borgere og personalet i Magnolie kvarteret sammen med Morten.</b></p>
<b>Onsdag den 30.</b>	<p><b>Kl. 14.00-15.30 – Onsdagscafe i Cafe Sletten med Morten.</b>  <b>Kl. 14.00-14.30 – Kaffe og kage.</b>  <b>Kl. 14.30-15.30 – Musik, hygge, dans og fællessang.</b>  <b>Kl. 16.00-16.45 – Morten spiller musik i Blomsterhuset.</b></p>
<b>Torsdag den 31.</b>	<b>Kl. 10.00-11.00 – Højtlesning/sang med Morten i Cafe Sletten.</b>

Forbehold for ændringer.

## Hyrdehøjs frivillige



**Fra venstre: Makbule. Brita, Gitta, Bente J., Anne og Jette.**

**Fraværende: Bente P. og Poul.**

Hvis I støder ind i disse skønne mennesker i kvartetterne og i Cafe 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.

## 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](mailto:Frivilligcenter@roskilde.dk) eller kontakt Lise Hogstad via e-mail [lise@hogstad.dk](mailto:lise@hogstad.dk) eller ring på 4292 0592,

Venlig hilsen

Frivilligcentrets Plejecentergruppe (en del af Fælleskabs Formidlerne).

# DAMERNES BUTIK

## Smart tøj til gode priser

- til den modne mand og kvinde!



**Dato** 28/10-24

**Tid** Kl. 10-12

**Sted** Cafe Sletten



**Stor kollektion med:**

- Tunikaer
- Bukser
- T-shirts
- Nederdele
- Strik
- Undertøj
- Skjorter
- Overtøj



Smart hele livet!

Bestil også online i vores webshop på:

[www.damernesbutik.dk](http://www.damernesbutik.dk)

# 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	Y P R K
SLIK					SLUT- SPIL ILD- STED	SØ- MANDEN RAMME						STRAKS TRAK SAMMEN		
BUTIKS- KÆDE			BLADE TONE											
GRINE									FOR- NAVN GL. KA- RAKTER				BIL- UDSTYR	
500		MANGE FOR- FATTER						SKARM- PLANTE EKS- STAT			▲			
FOR- NAVN				STØR- RELSE LUGE										
SPANSK TIL- SAGN			PENGE- MAND X				ORGANI- SATION SPREDE				550 RET- NING			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 26/10-24 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:

**BIRTHE LARSEN,  
SKOVKVARTERET.**

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.

