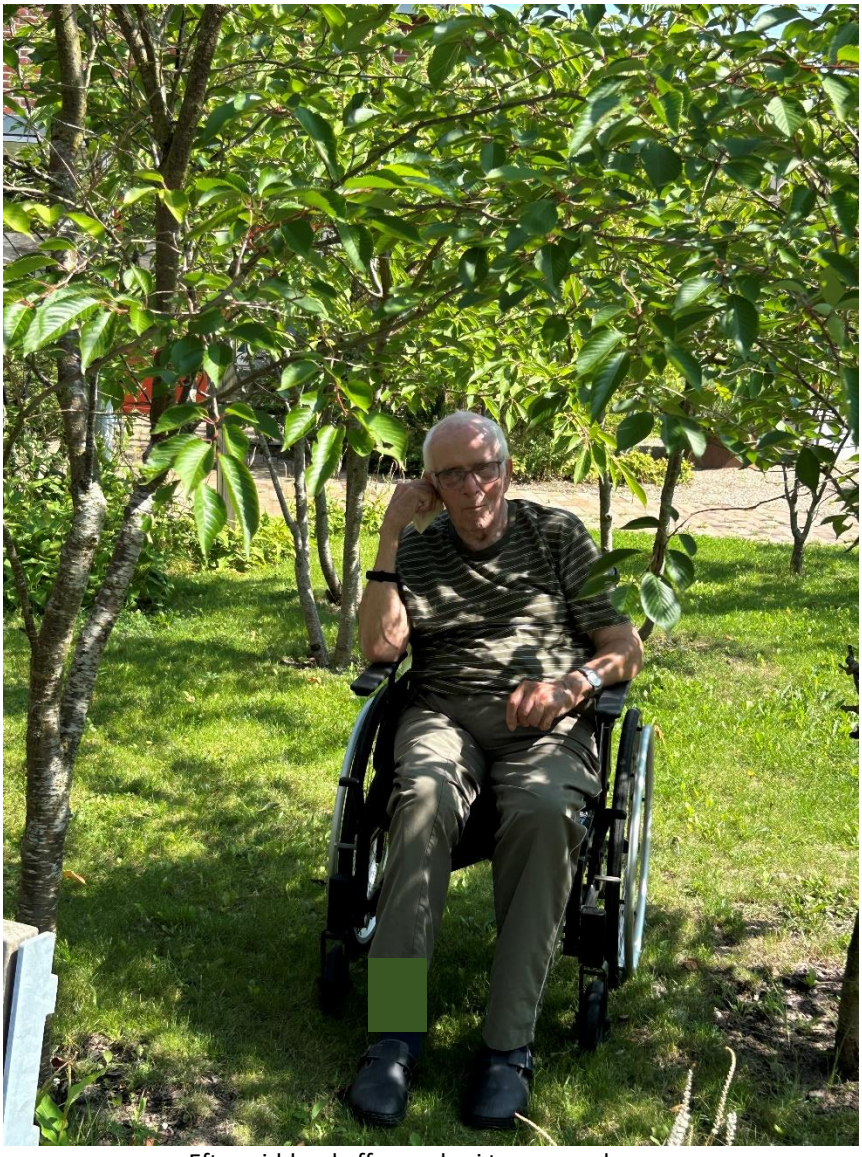
Hyrdehøj Husavis

September 2026



Eftermiddagskaffen nydes i træernes skygge.

Hjemmeside: Hyrdehoej.Roskilde.dk
Hyrdehøj Plejecenter
Hyrdehøj Stræde 2
4000 Roskilde

Indholdsfortegnelse

Lederen..... 3-4

Beboerne fortæller 5-6

Fakta boks..... 7

Indkaldelse til afdelingsmøde..... 8

Beboer nyt..... 9-10

BPR..... 11-12

Interne kontaktoplysninger..... 13-14

Eksterne kontaktoplysninger..... 15-16

Praktisk information.....17

Årshjulet for større begivenheder..... 18

Aftenmenu i august..... 19-20

Gudstjeneste..... 21

Afsked..... 22

Aktiviteter i august 23-25

Kom og vær med!..... 26-27

Aktivitetskalender..... 28-31

Frivillige og BPR..... 32

Frivillige ønskes 33

Vågetjenesten..... 34

Månedens krydsord og vinder 35-36

Lederen

Centerleder Vinni Lau Rasmussen



Kære beboere, pårørende, medarbejdere og venner af Hyrdehøj.

Nu er de fleste vendt tilbage fra sommerferie, og hverdagen er igen ved at finde sin vante rytme. Det er dejligt at mærke, at huset summer af liv, aktiviteter og gode samtaler.

I efteråret fortsætter vi vores arbejde med både kompetenceudvikling og det gode måltid. Måltidet skal ikke blot handle om den mad, der bliver serveret, men også om ro, nærvær, appetit og fællesskab. Samtidig vil vi fortsat styrke medarbejdernes faglige kompetencer, så vi sammen kan udvikle kvaliteten og skabe den bedst mulige hverdag for vores beboere.

Sommeren har budt på mange dejlige solskinsdage, og vi håber, at sensommeren bliver ved længe endnu, meget gerne helt ind i oktober. Der er noget ganske særligt over sensommerens milde lys og de sidste lune dage, hvor vi stadig kan nyde haven og opholde os udendørs.

Vi søger som altid frivillige, der har lyst til at være en del af livet på Hyrdehøj. Frivillige kan bidrage på mange forskellige måder og være med til at skabe oplevelser, nærvær og hyggelige stunder for vores beboere. Det kan være hjælp til aktiviteter, gåture, cykelture, højtlæsning, musik eller blot en god samtale over en kop kaffe. Alle bidrag, store som små, gør en værdifuld forskel.

Der bliver også meget at følge med i dette efterår. Regionerne er i gang med forberedelserne til den nye struktur, hvor lighed og nærhed er blandt de bærende pejlemærker. Det bliver spændende at se, hvad forandringerne kommer til at betyde for sundhedsvæsenet og samarbejdet omkring vores beboere. Forhåbentlig vil den nye struktur på sigt skabe endnu mere sammenhængende og nære tilbud til borgerne.

Her er et kort digt om efteråret af Julius Christian Gerson, dette digt fanger essensen af efteråret, hvor vi reflekterer over forandringernes tid, samt at det anerkender efterårets ankomst og den skønhed, som ligger i denne tid.

Løvfald

Svunden er den friske Sommer,
Skydækt er den milde Luft,
Løvet falder, Vintren kommer,
Knuser Blomsten og dens Duft.

Tung om Hjertet Skoven sukker.
Over hvert et Blad, som døer,
Og den kolde Grav sig lukker
Over det, som smilte før.

Jeg er ung som disse Blade,
Og min Sommertid er kort;
Maatte jeg, min Gud, ei lade
Den unyttet svinde bort.

De bedste hilsner

Vinni Lau Rasmussen, Centerleder

Beboerne fortæller

To beboere K & B, der bor i Skovkvarteret, taler sammen om, at tiden har forandret verden og livet på landet. Da de var unge, var turen fra gården på landet og ind til Roskilde lang. Der lå en Brugs i Snoldelev, hvor man kunne købe det mest nødvendige til hverdagen.

K boede på en gård og gik i skole i landsbyen Hastrup. Når familien skulle købe ind cyklede de med anhænger til Karlslunde, hvor udvalget i Brugsen og hos købmanden var større. K´s far og svigerfar kørte mælk med hestevogn til mejeriet, der lå mellem Snoldelev og Tune.

B fortæller, at hendes var var Brugsuddeler i Roskilde og under krigen gemte han rødvin i kælderen til de bedste kunder.

Kundernes indkøb blev noteret i bog og hver den første betalte kunderne for hele månedens indkøb.

Når familien skulle i sommerhus, sad de på ladet af varebilen og kørte hele vejen til Solrød Strand.

I Magnoliekvarteret handler samtalen om billedkunst.

B fortæller, at hun dagligt glæder sig over de billeder, hun har hængende på væggene i boligen. Hun oplever, at lyset i plejeboligen er bedre end i det tidligere hjem og at billederne derfor kommer bedre til deres ret nu.

B husker, at når børnebørnene var urolige, faldt altid til ro ved Heerup billedets klare farver.

En gruppe beboere taler om, at billederne, der hænger på plejecentret, er dejlige. Kunstneren er Daniel Post (1923-2012), der blev uddannet på Kunstakademiet i 1940erne. Han arbejdede først med keramik og skulptur og senere i 1998 begyndte han at male landskabsbilleder med oliepastel. Det er 125 af de billeder, der i dag hænger på plejecentret. Daniel Post malede impressionistisk, han ønskede i billederne at gengive sin sansning af lysets virkning på de farver, han oplevede i naturen.

Beboerne er enige om, at det er en fornøjelse og en daglig glæde at se på kunst.

B fortæller, at det tidligere var svært at ernære sig som kunstner – men så kom Statens Kunstfond og det hjalp flere. Jeg tilføjer: Statens Kunstfond i den nuværende udgave blev oprettet af Kulturminister Julius Bomholt i år 1964.

B fortæller om Atelierhusene i Emdrup ved Utterslev Mose. Et medlem af hendes familie boede der og B husker, at familien deltog i nogle gode fester derude.

Jeg tilføjer: At husene blev opført i 1943 for at give kunstnere overkommelige boliger og atelierer til at arbejde i. Husene har altid været meget eftertragtede og i dag er de fredede.





Tak til alle medvirkende beboere!

Fakta boks

Hvem er husavisen til?

Husavisen er først og fremmest lavet til beboerne på Hyrdehøj Plejecenter. Derfor er skrifttyperne store, og avisen er sat enkelt og overskueligt op, så den er rar og let at læse.
Beboerne inddrages mest muligt i husavisen. Hvis pårørende også har lyst til at læse med, er det kun en glæde.
Vi har ikke en professionel redaktion eller layouter og vi er i den forstand amatører i avisredigering. Til gengæld gør vi os umage og bruger de elektroniske hjælpemidler og den tid, vi har til rådighed, så godt som muligt.

Hvad er formålet med husavisen?

Husavisen er, som navnet antyder, en avis om livet i huset. Formålet er at fortælle om, hvordan hverdagen udfolder sig på plejecentret — om det, der sker i huset, om aktiviteter og arrangementer, om oplevelser beboerne har været en del af og om små og store begivenheder i hverdagen.
Der er altid en aktivitetskalender i avisen og Husavisen indeholder også Madservices månedlige menuplan, der hentes fra Madservices egen hjemmeside.
Vi tror på, at et billede ofte kan sige meget uden ord og derfor bringer vi også gerne billeder fra aktiviteter og oplevelser.
Når en beboer flytter ind på plejecentret, tage beboeren stilling til, om vedkommende vil give samtykke til, at billeder må vises i husavisen.
Da der løbende er ind- og udflytninger på plejecentret, er der nogle oplysninger, som går igen fra nummer til nummer. Det gælder for eksempel kontaktoplysninger, information om Gudstjenester og lignende praktiske oplysninger.
Alle er velkomne til at komme med input til Husavisen. Input skal dog være konstruktive, holdes i en god tone, ikke være personrettede og ikke stride imod Roskilde Kommunes politikker.

God læselyst!

Vinni Lau Rasmussen, Centerleder

Roskilde Kommunale
HYRDEHØJ PLEJECENTER

INDKALDELSE

Afdelingsmøde
den 14. september 2026
Udsendt
den 22. juli 2026
MOD-2026-00917

Til beboerne

Vi indkalder dig hermed til

ordinært afdelingsmøde

14. september 2026 kl. 10:00

i Hyrdehøj Plejecenter, Cafe Sletten

med følgende dagsorden:

1. Valg af dirigent, referent og stemmeudvalg
2. Godkendelse af afdelingens driftsbudget for det kommende år 2027 (vedlagt)
3. Indkomne forslag
4. Valg af medlemmer og suppleanter til afdelingsbestyrelsen (kun hvis beboerne ønsker det)
5. Eventuelt

Hvis du har forslag, du ønsker at få behandlet på mødet (pkt. 4), skal du sende dem til DAB, Finsensvej 33, 2000 Frederiksberg, att. Administrationsafdeling K eller til mail administrationsafdelingk@dabbolig.dk, **senest den 31. august 2026.** Alle forslag bliver delt ud til beboerne 1 uge inden afdelingsmødet.

Pårørende er velkomne, men har ingen stemmeret.

Med venlig hilsen

Administrationsafdeling K

DAB

Jan-15

Beboer nyt

Vi siger tillykke til:



Rute fra Magnolie kvarteret med den 2. september,

Johnny fra Skovkvarteret med den 4. september,

Aase fra Magnoliekvarteret med den 8. september,

Otto fra Magnoliekvarteret med den 14. september,

Peter fra Magnoliekvarteret med den 28. september og

Kim fra Skovkvarteret med den 30. september.

Beboer nyt

Vi byder velkommen til:

Niels Sunn Christensen – bolig 70 – Skovkvarteret

Kaj Allan Bahn – bolig 97 - Skovkvarteret



Bruger- og pårørenderådets medlemmer

Michael Thomsen	**Formand**	**Tlf. 60 67 82 04** **Mail: michael@unl.dk**
Karen Rindom	**Kasserer**	
Roseanne Aaskov		**Pårørende Magnoliekvarteret**
Lisbeth Hvilsom		

Repræsentant fra Ældrerådet

Hermand Pedersen		**Tlf 61 27 46 36** **Mail:** **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 hjemme- side 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.

Musikarrangementerne, 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

Michael Thomsen, tlf. 60 67 82 04 mail: michael@unl.dk
Lisbeth Hvilsom, tlf. 27 92 83 91

Interne kontaktoplysninger til plejecentret

Hovednummeret til plejecentret: 46 31 36 50
Kontaktinformation Redaktion på Husavisen Helen Ghauri heleng@roskilde.dk Linda Abildgaard linabi@roskilde.dk **Har Du forslag eller input til Husavisen kontakt: Linda**

Ledelse

Centerleder **Vinni Lau Rasmussen**	30 84 14 61	vinniras@roskilde.dk
Souschef **Christina Lundgren Reffs**	24 45 15 84	christinalr@roskilde.dk

Afdelingsledere

Charlotte I Petersen Magnoliekvarteret Lejl. 11-42 **Charlotte er fraværende p.t. og Thea kan kontaktes i stedet.**	23 82 67 88	charlotteip@roskilde.dk
Thea Lautrup Ø Frederiksen Skovkvarteret lejl. 43-74 & 99-104 Træffes bedst i dagtimerne	24 43 19 15	theafr@roskilde.dk
Lone Blach Blomsterhuset lejl. 1-10 Træffes bedst i dagtimerne	23 82 67 93	loneblach@roskilde.dk
Mia Overgaard Brønnum Aften og nat Træffes bedst mellem kl 14-15	23 82 64 80	miaobr@roskilde.dk

Interne kontaktoplysninger til plejecentret

Rengøring og vaskeri: Charlotte B Jensen	24 45 44 35	charlottejen@roskilde.dk
Teknisk service: Kim Berlin	40 25 32 93 Ved ferie er der ved opkald henvisning til andet nummer.	kimmb@roskilde.dk
Skovkvarteret vagttelefon	24 44 87 13	Det er bedst at ringe efter kl 11 medmindre, det drejer sig om noget akut.
Magnolie kvarteret Vagttelefon	24 44 87 13	Det er bedst at ringe efter kl 11 medmindre, det drejer sig om noget akut.
Aften og nat vagttelefon	24 45 01 38	Det er bedst at ringe inden kl 17 eller efter kl 19 medmindre, det drejer sig om noget akut.
Blomsterhuset	24 45 76 51	Det er bedst at ringe efter kl 11 medmindre, det drejer sig om noget akut.
Aktivitetskoordinatorer: Helen Ghauri Linda Abildgaard	 24 45 46 97 21 48 02 74	 heleng@roskilde.dk linabi@roskilde.dk

Madservice Hyrdehøj

Madservice er en selvstændig organisation under Roskilde kommune og står for udbringning af mad til alle byens visiterede borgere. Hyrdehøjs køkken laver mad til tre andre plejecentre og Hyrdehøj plejecenter, da vi er et af de centre, der i dag har produktionskøkken.

Koordinator Gitte Susanne Olsen	2939 9766	MadserviceHyrdehoej@roskilde.dk

Eksterne kontaktoplysninger

Omsorgstandplejen	46 31 71 00	
Roskilde Kommune	46 31 30 00	
Demens koordinatorer: Majbrit Nielsen Hanne Bøje Christensen Lene Fæster Broch Tina Schumacher	 20 42 62 11 30 84 14 91 23 29 05 01 30 84 14 92	demensteam@roskilde.dk

Flextrafik er en ordning, den enkelte borger selv skal tilmelde sig.

Information om medicin og smertestillende på plejecentret.

Vi vil gerne informere om, hvordan medicin håndteres på plejecentret, hvor vi er under den lovgivning, der er gældende for alle borgere i Danmark.

Det er altid en læge, der har ansvaret for at ordinere medicin og vurdere behandling, virkning og eventuelle risici. Det er som udgangspunkt beboernes egen læge, men det kan også være anden behandlingsansvarlig læge, fx vagtlæge eller sygehuslæge.

Personalet på plejecentret må ikke selv begynde, ændre eller stoppe medicinsk behandling med mindre, det sker efter lægelig ordination. Personalet kan varetage medicinhåndtering og andre sundhedsfaglige opgaver efter gældende instrukser, men behandlingsansvaret lægens.

Når det gælder smertestillende medicin, gives det kun, når der foreligger en lægelig ordination. Hvis pårørende kontakter personalet, fordi de oplever, at deres kære har smerter, vil personalet altid følge op på dette og tale med beboeren. Hvis beboeren siger nej tak til smertestillende, respekteres dette. Beboerens selvbestemmelsesret skal altid overholdes.

Det er også vigtigt at være opmærksom på, at lægen kan ordinere smertestillende for en begrænset periode. Når perioden udløber, skal behandlingen vurderes igen af lægen, før den eventuelt fortsætter.

Hvis der er en aftale med apoteket om levering, kan medicin i mange tilfælde bestilles og leveres løbende efter gældende aftaler og ordinationer.

Har man som pårørende spørgsmål til, bekymringer om medicin eller smertebehandling, er man altid velkommen til at kontakte personalet, som følger op i samarbejde med relevant læge.

Praktisk information

Fødselsdage: 

Der holdes fælles fødselsdag for alle beboere i hvert kvarter den sidste fredag i måneden med lagkage og hygge.

På beboerens fødselsdag sættes et stort flag uden foran beboerens dør og personalet synger altid en fødselsdagssang, hvis beboeren ønsker det.

Afbestilling af mad: 

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

Bestilling af mad til pårørende:

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

Døgnrytmen på plejecentret er meget individuel, da den enkelte borger har selvbestemmelsesret, dog er frokost måltidet gerne kl. 12, eftermiddags kaffe kl. 14 og aftensmad kl. 17.30.

Rickshawcykler: 

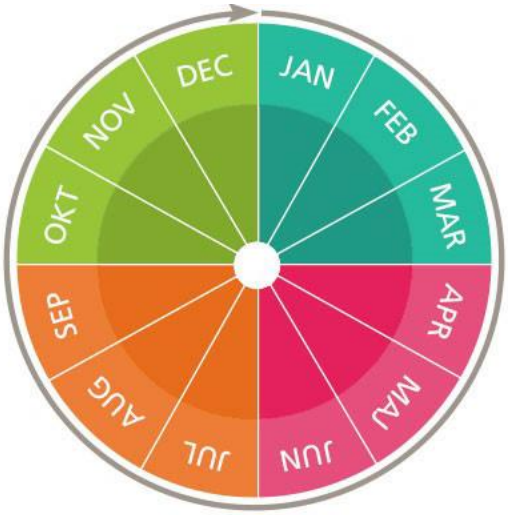
Pårørende har mulighed for at benytte vores cykler. Gå ind og meld dig til på cyklingudenalder.dk som pilot på Hyrdehøj Plejecenter. Det kræver en kort oplæring. Tag kontakt til Linda på linabi@roskilde.dk.



Husk P-skive på parkeringspladserne.

Vinduespudseren kommer i 3., 6., 9. og 12. måned.

Årshjul for større begivenheder



September	**10. kl. 14-16 Walk-in closet sælger tøj i Café Sletten**
	11. kl. 14 - Lars-Emil spiller i kvarterne.
	14. kl. 10 – Ordinært afdelingsmøde i Cafe Sletten
	22. kl 14 – Alexander Kraglund spiller i kvarterene
Oktober	**8. Kl 15 Koret Salus synger koncert i Café Sletten**
	19. kl 14 – Teater V spiller "Kys og Vinyl – Da Beatles kom til byen"
November	**Husets fødselsdag**
December	**5. kl. 14 – Domkirkens Voksenkor i Cafe Sletten.**
	Julehygge
	Julefrokost
	Lucia

Aftenmenu i september måned

TIR 1	**Svampefrikadeller** Med skysovs og rødbedesalat	**Romfromage** Med cacao flødetop og appelsin
ONS 2	**Kalvehjerter** I flødesovs med kartoffelmos og tyttebær	**Vanilleis** Med chokoladesovs og vafler
TOR 3	**Skinke** Med kold kartoffelsalat med agurk,tomat og purløg	**Alliancegrød** Med fløde
FRE 4	**Fisk i fad** Med æbler,tomatsovs,ærter og citron	**Panna cotta** Med pærekompot
LØR 5	**Enebærgryde** Med skært svinekød, gulerødder og kartoffelmos	**Muldvarpeskud** (Sveskedessert)
SØN 6	**Stegt kylling** Med champignonsovs og bagte bønner med bacon	**Citronfromage** Flødeskum,chokoladepynt
MAN 7	**Forloren and** Med skysovs,ribsgele og asier	**Koldskål** Med kammerjunkere
TIR 8	**Pølser** Med varm kartoffelsalat,sennep og ketchup	**Vafler** Syltetøj og flødeskum
ONS 9	**Stegt sild** Med persillesovs og rødbeder	**Solbær/ribsgrød** Med fløde
TOR 10	**Koteletter i fad** Med bacon,peberfrugt, og løse ris	**Chokoladeparfait** Med hindbærsovs
FRE 11	**Kartoffelgratin** Med spinat,ost og rødkålssalat	**Æbletrifli** Med karameliserede mandler
LØR 12	**Efterårsgryde** Med svinekød,cocktailpølser og kartoffelmos	**Chokoladebudding** Med flødeskum
SØN 13	**Nakkesteg** Med bacon,rysteribs og broccoli	**Kirsebærfromage** Med flødeskum
MAN 14	**Kyllingepate** Med skysovs og æble/sellerisalat	**Pandekager** Med jordbærsyltetøj
TIR 15	**Fiskelasagne** Med torsk,spinat og spidskålssalat med agurk	**Stikkelsbærgrød** Med fløde
ONS 16	**Biksemad** Med rødbeder og rugbrød	**Ymerfromage** Med brombærsovs
TOR 17	**Svampestroganoff** Med grov kartoffelmos og surt	**Tiramisu i glas** Pyntet med kakaopulver
FRE 18	**Hakkebøf** Med bløde løg,skysovs og rødbeder	**Hindbærdessert** Flødeskum
LØR 19	**Kalkunschnitzel** Med skysovs stegte kartofler og ratatouille	**Is** Med krokant
SØN 20	**Hamburgerryg** Med stuvet spinat og gulerødder	**Cocktailfromage** Med flødetop
MAN 21	**Frikadeller** Med stuvet ærter og gulerødder,samt surt	**Solbærsuppe** Med tvebakker
TIR 22	**Efterårstærte** Med butternut squash,græskarkerner og salat	**Cheesecake i glas** Med brombær topping og pynt
ONS 23	**Benløse fugle (gris)** Med skysovs og rødløgskompot	**Jordbærgrød** Med fløde
TOR 24	**Dampet laks** Med citronsovs og smørdampede gulerødder	**Gammeldags æblekage** Med flødeskum og ribsgele

FRE	**Baconrulle**	**Fløderand**
25	Med skysovs, rysteribs og drueagurker	Med karamelsovs
LØR	**Hønsefrikassé**	**Pære i portvin**
26	Med persille og agurkesalat	Hjemmesyltet pære med råcreme
SØN	**Flæskesteg**	**Sherryfromage**
27	Med hjemmekogt rødkål og brunede kartofler	Med chokolade og nødder
MAN	**Lasagne**	**Sveskegrød**
28	Med hvide bønner,rodfrugter og hvidkålsalat	Med Fløde
TIR	**Kogt oksekød**	**Mikkelsdagssuppe**
29	Med flødepeberrodssovs og grønne bønner	Oksekødssuppe med urter /ristoppe
ONS	**Fiskefrikadeller**	**Fersken**
30	Med caperssovs,citron og gulerodsråkost	Med makronflødeskum

Spørgsmål omkring allergener kontakt køkkenet

Gudstjeneste



Kære alle

Sognepræst Torben Jeppesen afholder sammen med en organist og en korsanger Gudstjeneste.

Fredag d. 11/9-26 kl 10.30 i Café Sletten

Alle er meget velkomne!



Sognepræst Torben Jeppesen

Afsked



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

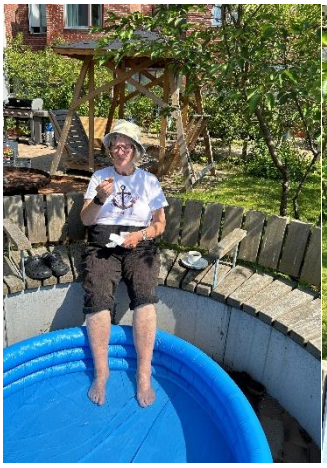
Erik Bjarne Olsen – Skovkvarteret.

Æret være hans minde!



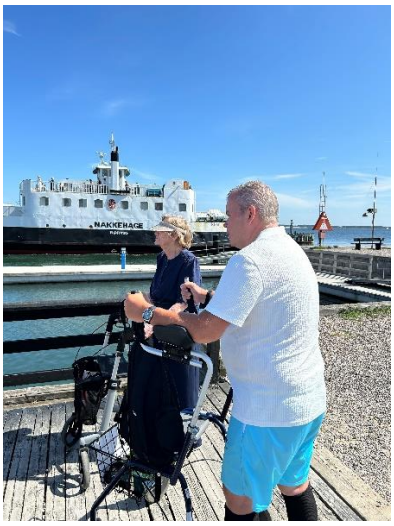
Aktiviteter i august måned

Da sommeren var varmest blev kaffen nydt med fødderne i vand og under træernes skygge.





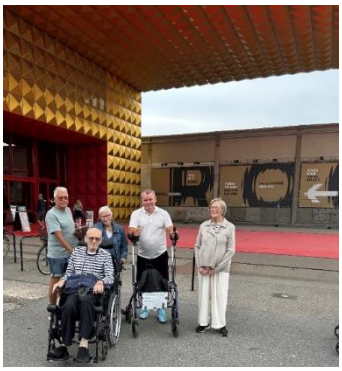






En dag, hvor solen skinnede fra en næsten skyfri himmel, kørte vi med Seniorexpressen til Rørvig. Vi gik tur på den dejlige havn og spiste madpakker i et shelter med havudsigt. Stort tak til vores køkken for de lækreste madpakker!

Tak til alle for en dejlig tur!



Vi gik op ad den røde løber til Ragnarock og talte om rockstjerner. I caféen så vi en udstilling af lokale pladecovers.



Vi spiller bold hver onsdag og når vejret er godt, spiller vi udendørs.

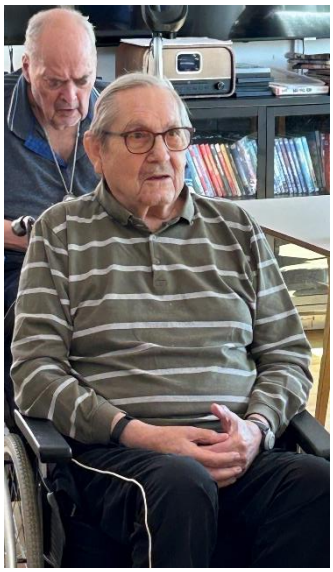




Ved Hyrdehøj Skoven går en flok sunde flotte køer og græsser, dem nød vi synet af på en af vores gåture.



Vi har haft det dejligste musikalske besøg af Jens, der fik alle til at svinge, synge med og glædes!



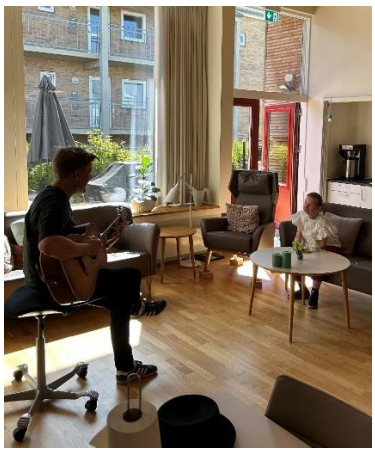












Kom og vær med!

Mandage kl 10-10.45

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

Kl 11-11.30

Gymnastik for kørestolsbrugere i Café Sletten. Åben for alle

Tirsdage kl 10-11.30

Busture med Seniorexpressen, Jan og Linda.

Kl 13 – 13.45 Indkøbstur med beboere i Skovkvarteret og Linda.

Kl 14-15.30

Går vi ture – Skovkvarteret i lige uger og Magnoliekvarteret i ulige uger.

Onsdage kl 10-10.45

Motion og boldspil for gående og rollatorbrugere. Vi styrker og bevæger hele kroppen til god musik i Café Sletten.

Kl 11-11.30

Gymnastik for kørestolsbrugere i Café Sletten. Åben for alle

Torsdage kl 10-11.30 Aktivitet med Linda, Magnoliekvarteret.

Kl 13.30-14 Indkøbstur med beboere i Skovkvarteret og Linda.

Kl 14-15.45 Aktivitet med Linda, Skovkvarteret.

Den anden torsdag i måneden skriver vi sammen indlæg til Husavisen.

Kl 10-11.30 Magnoliekvarteret.

Kl 14-15.30 Skovkvarteret.

Hver anden fredag kl 10-10.45

Spiller vi banko i Café Sletten.

Fredage ind imellem kl 10-11.30

Laver vi hjernegymnastik i skiftevis Magnolie- og Skovkvarteret.

Alle er meget velkomne!

På gensyn, Linda



Aktivitetskalender for september

Uge 36

Tirsdag d. 1.	**Kl 10-11.30 Bustur med Seniorexpressen, Jan og Linda** **Kl 13-13.45 Indkøbsture med beboere i Magnolie kvarteret, Linda** **Kl 14-15.30 Vi går tur med Linda, Skovkvarteret**
Onsdag d. 2.	**Kl 10-10.45 Motion og boldspil for gående og rollatorbrugere med Linda i Café Sletten** **Kl 11-11.30 Gymnastik for kørestolsbrugere med Linda i Café Sletten. Åben for alle** **Kl 14-15.15 Onsdagscafé i Cafe Sletten** **Kl 14-14.15 Kaffe og kage** **Kl 14.15-15.15 Fællessang**
Torsdag d. 3.	**Kl 10-11.30 Aktivitet med Linda, Magnolie kvarteret** **Kl 14-15.30 Indkøbstur med beboere og aktivitet med Linda, Skovkvarteret**
Fredag d. 4.	**Kl 10-11 Banko med Linda, Café Sletten** **Kl 10-11.30 Dameklub med Yvonne i Kilden og Lysningen, Kun for inviterede.**
Lørdag d. 5.	
Søndag d. 6.	

Uge 37

Mandag d. 7.	**Kl 10-10.45 Motion for gående og rollatorbrugere med Linda i Café Sletten** **Kl 11-11.30 Gymnastik for kørestolsbrugere med Linda i Café Sletten. Åben for alle** **Oplæsning med Linda – kun for Blomsterhuset**
Tirsdag d. 8.	**Kl 10-11.30 Bustur med Seniorexpressen, Jan og Linda** **Kl 13-13.45 Indkøbsture med beboere i Magnolie kvarteret, Linda** **Kl 14-15.30 Vi går tur med Linda, Magnolie kvarteret**
Onsdag d. 9.	**Kl 10-10.45 Motion og boldspil for gående og rollatorbrugere med Linda i Café Sletten** **Kl 11-11.30 Gymnastik for kørestolsbrugere med Linda i Café Sletten. Åben for alle** **Kl 14-15.15 Onsdagscafé med Lars Schiller i Cafe Sletten** **Kl 14-14.15 Kaffe og kage** **Kl 14.15-15.15 Fællessang**
Torsdag d. 10.	**Kl 10-11.30 Vi skriver Husavis med Linda, Magnolie kvarteret** **Kl 13.30-14 Indkøbstur med beboere i Skovkvarteret og Linda** **Kl 14-16 Walk-in Closet, tøjsalg i Café Sletten**
Fredag d. 11.	**Kl 10.30 Gudstjeneste i Café Sletten** **Kl 14 Lars-Emil spiller i Skovkvarteret, BPR** **Kl 14.30 – Magnoliekvarteret** **Kl 15 - Blomsterhuset**
Lørdag d. 12.	
Søndag d. 13.	

Uge 38

Mandag d. 14.	**Kl 10 Ordinært afdelingsmøde på Hyrdehøj i Cafe Sletten**
Tirsdag d. 15.	
Onsdag d. 16.	**Kl 14-15.15 Onsdagscafé med Einar i Sletten** **Kl 14-14.15 Kaffe og kage** **Kl 14.15-15.15 Fællessang**
Torsdag d. 17.	**Kl. 12.30-13.00 Borgermøde i Skovkvarteret**
Fredag d. 18.	
Lørdag d. 19.	
Søndag d. 20.	

Uge 39

Mandag d. 21.	**Kl. 12.30-13.00 Borgermøde i Magnoliekvarteret**
Tirsdag d. 22.	**Kl 10-11.30 Bustur med Seniorexpressen, Jan og Linda** **Kl 13-13.45 Indkøbsture med beboere i Magnolie kvarteret, Linda** **Kl 14 Alexander Kraglund spiller violin i Skovkvarteret** **Kl 14.30 – Magnoliekvarteret** **Kl 15 Blomsterhuset**
Onsdag d. 23.	**Kl 10-10.45 Motion og boldspil for gående og rollatorbrugere med Linda i Café Sletten** **Kl 11-11.30 Gymnastik for kørestolsbrugere med Linda i Café Sletten. Åben for alle** **Kl 14-15.15 Onsdagscafé med Lars Schiller i Cafe Sletten** **Kl 14-14.15 Kaffe og kage** **Kl 14.15-15.15 Fællessang**
Torsdag d. 24.	**Kl 10-11.30 Aktivitet med Linda, Magnolie kvarteret** **Kl 13.30-14 Indkøbstur med beboere i Skovkvarteret og Linda** **Kl 14-15.30 Aktivitet med Linda, Skovkvarteret**
Fredag d. 25.	**Kl 10-11 Banko med Linda, Café Sletten**
Lørdag d. 26.	
Søndag d. 27.	

Uge 40

Mandag d. 28.	**Kl 10-10.45 Motion for gående og rollatorbrugere med Linda i Café Sletten** **Kl 11-11.30 Gymnastik for kørestolsbrugere med Linda i Café Sletten. Åben for alle** **Oplæsning med Linda – kun for Blomsterhuset**
Tirsdag den 29.	**Kl 10-11.30 Bustur med Seniorexpressen, Jan og Linda** **Kl 13-13.45 Indkøbsture med beboere i Magnoliekvarteret, Linda** **Kl 14-15.30 Vi går tur med Linda, Skovkvarteret**
Onsdag den 30.	**Kl 10-10.45 Motion og boldspil for gående og rollatorbrugere med Linda i Café Sletten** **Kl 11-11.30 Gymnastik for kørestolsbrugere med Linda i Café Sletten. Åben for alle** **Kl 14-15.15 Onsdagscafé i Cafe Sletten** **Kl 14-14.15 Kaffe og kage** **Kl 14.15-15.15 Fællessang**

Frivillige og BPR



Fra venstre: Irene, Erik, Kate, Makbule, Winnie, Lisbeth, Vibe og Michael. Michael er formand for BPR, Lisbeth er medlem af BPR og Vibe er tidligere medlem af samme. Fraværende: Brita og Bente.

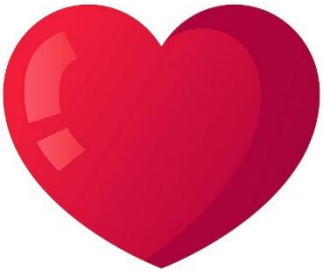


Gülsüm.

Disse skønne mennesker er frivillige, som gør et stort og vigtigt arbejde. I møder dem både i kvartererne og i Cafe Sletten. De er udstyret med et navneskilt.

De er besøgsvenner og hjælper til med forskellige aktiviteter fx onsdagscafe.

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



Vi leder efter netop Dig som frivillig

Vil du være frivillig hos os?

Frivillige på Hyrdehøj plejecenter hjælper bl.a. til ved:

- Arrangementer
- Fester
- Aktiviteter
- At køre rickshaw



Og kan være:

- Besøgsven
- Gå-ven
- Kaffe-ven.

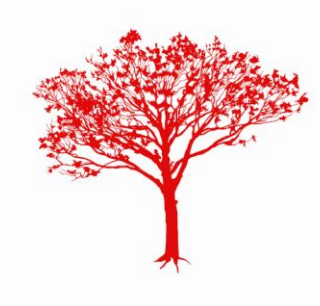
Eller måske en aktivitet, som vi endnu ikke har eller endnu ikke fundet på og som Du brænder for?

Har dette vakt Din interesse, så kontakt vores aktivitetsmedarbejder Linda og hør nærmere.

E-mail: linabi@roskilde.dk

Tlf nr 21 48 02 74

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.



Månedens krydsord

	GLÆDE	VED	1500	FOSFOR	VAND-LØB		MEDIE	VÆDE	EN	JAG	DYRET	
LYS-GIVER						HAR DET GODT / FRI-STED						
SELV				REGLER / JOKKE					FOR-NAVN / DOKUMEN-TATION			
DRIK			PRO-GRAM / RET-NING				KEND.-BOGST. / ANA-LOGE			GAM-MEL / FURE		
MENER					OM LIDT / UDKAST							KORT
TONE		FRUG-TEN / LEBEN						BLÆST / STED-ORD				
LILLE			501 / TONE			OPFOR-DRING / STRØM					BIORD	
LØB							RELI-GION					
BIB. NAVN				PALÆ					SOLO			

Navn_____ Bolig nr._____

Løsning med navn og bolignummer afleveres i de grønne dueslag på kontorerne i henholdsvis Skov- og Magnoliekvarteret.

Den skal afleveres senest den **21/9-26**.

Præmien er en æske chokolade.

Månedens vinder

Månedens vinder er:

Birthe Olsen – bolig 62

Vi ønsker stort tillykke!

