



HYRDEHØJS HUSAVIS



Januar 2026



Leder—side 3-4	Aftenmenu—side 19-20
Konkurrence side 40	Aktivitetskalender—side 31-35

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 pårørenderådet	6-7
Interne kontaktoplysninger	8-9
Eksterne kontaktoplysninger	10
Praktisk information	11
Årshjulet for større begivenheder	12
Borgermøde i Skovkvarteret	13-14
Borgermøde i Magnolie kvarteret	15
Vi leder efter netop dig som frivillig.....	16
Kære pårørende	17
Fødselsdage	18
Aftenmenu for januar måned	19-20
Gudstjeneste	21
Afsked.....	22
Aktiviteter i december måned	23-28
Kom og vær med!	29-30
Aktivitetskalender	31-35
Frivillige	36
Vågetjenesten.....	37
Månedens opgave og månedens vinder	38-39
Konkurrence—Navngiv vores nye bil	40

Kære beboere, pårørende og personale.



Mens jeg sidder her og skriver, har julen så småt sænket sig over os, og vi kan glæde os over at have fejret en skøn højtid med hygge, nærvær og dejlige traditioner. Vi er netop trådt forbi vintersolhverv, og nu går vi langsomt mod de lysere tider, som vi kan se frem til med forventning og håb.

På plejecentret har december budt på flere glædelige begivenheder. Blandt andet er den nye bus ankommet i uge 52. Den blev indviet efter alle kunstens regler, og vi ser frem til at den vil gøre transport og ture endnu bedre for jer alle.

Vi står nu ved tærsklen til et helt nyt år, og 2026 bringer også nye muligheder og forandringer. Det bliver blandt andet et år præget af den nye ældrelov, der har som mål at styrke kvaliteten i ældreplejen. Vi arbejder videre med at skabe gode rammer og tilbud for alle jer borgere.

En af de konkrete tiltag, vi har lavet, er et nyt aktivitets årshjul, der både tilbyder generelle aktiviteter for alle og fokuserer på mindre grupper af borgere, herunder dem, der har kognitive udfordringer. Der vil komme faste indkøbsture til Kvickly en gang om ugen, så der bliver mulighed for at handle lokalt og få et lille afbræk og en hyggelig tur ud.

Vi har også fået nye Salto-låse på lejlighederne. Det er et teknologisk fremskridt, som gør tingene lettere for personalet, men det vil ikke have nogen praktisk betydning for jer som beboere.

Endelig vil jeg ønske jer alle et rigtig godt nytår. Lad os håbe, at 2026 vil blive et dejligt, fredeligt og samlende år, hvor vi sammen kan skabe gode stunder og værne om fællesskabet her på plejecentret.

Jeg vil afslutte med et digt, der passer til årsskiftet – et lille refleksivt pust til eftertanke, med et uddrag af Jette Johansens Et nyt år, som jo netop understreger om de ønskede hensigter, når året er omme, er nået.

Et nyt år, et blad i en helt ny kalender
Siderne er tomme og klare til nye
oplevelser.

Et nyt år, fuld af håb og tanker
Håb om det skal blive anderledes eller
det samme.

Et nyt år fuld af kærlighed og løfter
Løfter om evig kærlighed og troskab.

De bedste nytårs hilsner

Vinni
Centerleder

Velkommen til nye beboere



VELKOMMEN!

Anne-Maria Benedicte Paulmann—bolig 69

Kirsten Bøgedal Holm—bolig 31

Faisal Mohammad M. Al-Otbi—bolig 49

Eva Merete Hansen—bolig 47

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

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
Afdelingsleder for Aften- og nat		

Interne kontaktoplysninger på Plejecenteret

Rengøring Charlotte	2445 7832	charlottejen@roskilde.dk
Vaskeri:	2445 4435	
Teknisk Service:		
Kim Berlin	4025 3293	kimmb@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



Februar

Fastelavn

April

Påskefrokost

6. kl. 14.00-16.00

**Tøjsalg "Walk-in Closet"
i Cafe Sletten**

Borgermøde i Skovkvarteret den 11.12.25.

Vinni byder velkommen og er glad for at se så mange borgere.

Vinni indleder mødet med at spørge ind til busturen som foregik i tirsdags. Der var blandede meninger fx var bussen for gammel og den gik i stykker, da vi nåede hjem. Det var liften på bussen som ikke fungerede, men efter ca. 15 min. var den i brug igen. Men turen var også flot, og der var mange lys, og især Hotel d'Angleterre var smuk.

Vinni spørger herefter ind til hvordan alle har det på Hyrdehøj. Det bliver svaret at det er et dejligt sted, og de er glade for at bo her.

En borger vil gerne påpege, at det kunne være rart med et toilet omkring fællesområdet ved køkkenet. Det kan være svært at vide hvor man bor, og inden man når hjem til egen bolig, har man haft et uheld. Vinni siger, at hun sagtens kan forstå problematikken, men så skal der laves et nyt afløb, og vi har i forvejen et kloaksystem, som er på overarbejde, så det er desværre ikke en mulighed. Vinni spørger ind til om der er andet vi kan gøre, at borger kunne godt tænke sig nogle tegninger og/eller pile, hvilket Vinni siger, at det kan der i hvert fald kigges på.

Vinni spørger ind til om der er andre ønsker. En borger ønsker at vide hvor moto-med cyklerne er placeret, for hun vil gerne træne/cykle. Og det vil der blive taget hånd om. Andre vil gerne i Kvikly og købe ugeblade eller købe ind i Kvikly. Det er vigtigt at alle føler at de har medbestemmelse og at alle trives.

Vi får snart nye låse og dørhåndtag, og borgerne får fortsat "nøglerne" om halsen eller hånden, og de er personligt kodet, og kan kun bruges til egen bolig.

Vinni spørger om der er ris/ros til maden. En synes at der hver uge er mad, som er fremmede og som ikke smager godt. Især blev der talt om at der blev serveret risengrød efter busturen, hvilket borgerne ikke synes er aftensmad. Der blev forklaret at det var for at holde juletemaet, men at det vil blive taget med i overvejelser fremad.

I forhold til personalet især om aftenen synes borgerne at der er forskellige mennesker hele tiden, men Vinni fortæller også, at der er fastansatte om aftenen.

Borgermøde i Skovkvarteret den 11.12.25.

En borger giver udtryk for at hun ikke altid bliver hjulpet, og Vinni siger, at det vil ledelsen selvfølgelig tage sig af, men at borger i første omgang skal tale med afdelingslederen, som vil spørge ind til yderligere, da det ikke er rette forum blandt alle borgere, da det borger taler om et meget privat for borger selv.

Der efterspørges en herreklub nu der er en dameklub. En aktivitetsmedarbejder forklarer, at en sådan har eksisteret, men ingen deltagere, men derfor kan der sagtens igangsættes en ny herreklub med fx forskellige temaer.

Vinni læste aktiviteterne for resten af måneden op.

Vinni spørger om der er yderligere, og da der ikke er mere, ønsker hun alle en fortsat god dag, og glædelig jul og godt nytår.

Borgermøde i Magnolie kvarteret den 15.12.25

Vinni byder velkommen til borgermødet

Vinni spørger om borgerne kan mærke, at det snart er jul, og om der bliver hygget omkring dem, og om de så Lucia med de søde børn, hvilket alle svarede at det havde de, og at det var hyggeligt.

Adspurgt om borgerne havde de godt, svarede de så godt med enstemmigt ja.

Vores nye bus som skulle være kommet i sidste uge, og som endnu ikke er kommet, vil Vinni rykke for i dag.

Der bliver skiftet låse, da de nuværende udgår, og borgerne får fortsat en "nøgle" om halsen eller handledet, og så vil dørene automatisk åbne når borgeren nærmer sig deres dør. Nøglerne er personligt indstillet, hvilket vil sige, at man kun kan åbne sin egen dør.

Julen står for døren, og nogle skal blive, andre skal hjem, og andre igen får pårørende på besøg. Der bliver sat ekstra personale på, så det kan blive nogle hyggelige dage. Julen bliver desuden hygge med lækker mad og godter. Hvis borgere har brug for flex trafik i julen er det pårørende selv som har bestilt disse, og da der sikkert er travlhed, bør man væbne sig med tålmodighed.

Vejret er jo ikke det bedste for tiden – gråt i gråt – men det ser ud til at solen titter lidt frem i dag.

Hvordan er maden generelt, og hertil svarer alle, at de er meget tilfredse

Vinni læser månedens aktiviteter højt, og opfordrer alle til at gøre brug af tilbuddene, og til at komme med nye gode ideer til enten Linda, Ann-Maria eller Helen eller personalet.

En borger vil gerne bede om en husavis, og flere ytrer at de gerne vil bede om en aktivitetskalender. Der opfordres til at se på den store A3 aktivitetskalender på opslagstavlen, og personalet bedes orienterer sig dagligt i hvilket aktiviteter der er.

Da der ikke er yderligere, ønsker Vinni alle en glædelig jul og godt nytår.

Vi leder efter netop dig som frivillig

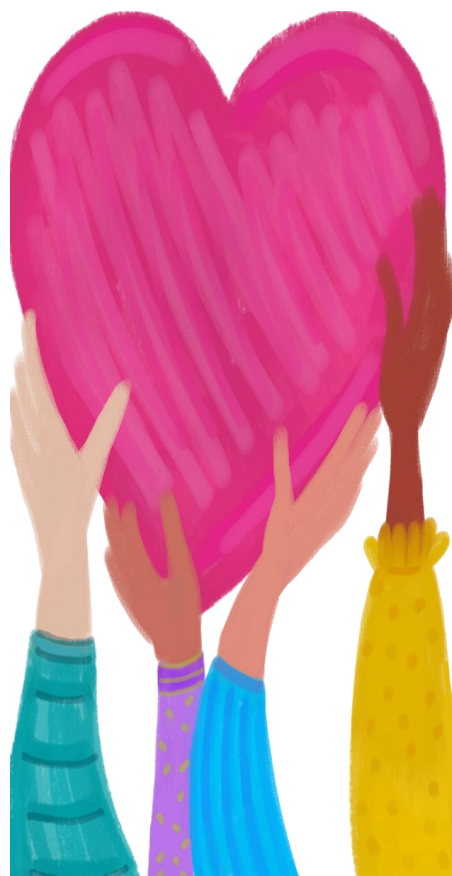
Vil du være frivillig hos os?

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 aktivitetsmedarbejder Linda og hør nærmere:

E-mail: linabi@roskilde.dk.
Tlf.: 2148 0274.

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.

Endvidere efterlyser vi også cd'er med rock-musik, som I ikke længere selv har brug for. Vi har brug for dem til vores motionshold.

**Kærlig hilsen
Aktiviteten**



I denne måned har vi fødselarer i huset:



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

**1. Connie—Skovkvarteret,
1. Amlie—Magnolie kvarteret,
4. Lis Lykke—Skovkvarteret,
11. Bente H.—Magnolie kvarteret,
13. Birthe M.—Magnolie kvarteret,
17. Susanne—Blomsterhuset,
17. Inge—Magnolie kvarteret,
27. Dorte—Blomsterhuset
og
30. Kirsten Jensen—Skovkvarteret.**



Aftenmenu januar

TOR	Forloren skildpadde	Gammeldags æblekage
1	Med halvt æg og hjemmebagt flute	Med flødeskum og ribsgele
FRE	Kartoffelgratin	Fersken
2	Med spinat, ost og rødkålssalat	Med makronflødeskum
LØR	Kalkunschnitzel	Is
3	Med skysovs stegte kartofler og ratatouille	Med karamelsauce
SØN	Revelsesben	Citronfromage
4	Med skysovs og hjemmekogt rødkål	Flødeskum, chokoladepynt
MAN	Kogt torsk	Æblesuppe
5	Med sennepssovs, æg, rødbeder og bacon i tern	Med tvebakker
TIR	Hakkebøf	Solbær/ribsgrød
6	Med bløde løg, skysovs og drueagurker	Med fløde
ONS	Grønkålssuppe	Pandekager
7	Med flæsk, pølse og sennep	Med jordbærsyltetøj
TOR	Svampestroganoff	Skyrfromage
8	Med grov kartoffelmos og surt	Med bærsøvs
FRE	Krebinet	Pære Belle Helene
9	Med skysovs og æble/sellerisalat	Pæredessert med is og chokoladesovs
LØR	Benløse fugle (gris)	Cocktailfromage
10	Med bagte rodfrugter og surt	Med flødetop
SØN	Kylling	Chokoladebudding
11	Med skysovs, asie og blommechutny	Med flødeskum
MAN	Medister	Solbærsuppe
12	Med stuvet hvidkål, rødbeder og sennep	Med tvebakker
TIR	Grøntsagsmousaka	Blommegrød
13	Med vintersalat	Med fløde
ONS	Fiskefrikadeller	Vafler
14	Med hollandaise, honningbagte selleri og gulerødder	Med brombærsyltetøj og flødeskum
TOR	Forloren hare	Øllebrød
15	Med skysovs, tyttebærskum og drueagurker	Med flødeskum
FRE	Boller i selleri	Hindbærdessert
16	Med grønkålssalat med appelsinperler	Flødeskum
LØR	Mørbradgryde	Citrondessert
17	Med bagte rodfrugter og persilledrys	Med crunche
SØN	Nakkesteg	Sherryfromage
18	Med svesker, skysovs og rødbedesalat med peberroc	Med chokolade og nødder
MAN	Millionbøf	Vanilleis
19	Med kartoffelmos og rødbeder	Med kirsebærsøvs
TIR	Kotelet i fad	Nougatfromage
20	Tomat, bacon, peberfrugt, ærter og løse ris	Med bærsøvs
ONS	Stegt flæsk	Rødgrød
21	Med persillesøvs og rødbeder	Med fløde
TOR	Grøntsagskrebinet	Blommer i rom
22	Med skysovs og bagte rodfrugter	Med råcreme
FRE	Dampet laks	Chokolademousse
23	Med citronsovs og smørdampede gulerødder	Med flødeskum
LØR	Bøf stroganoff	Kirsebærmousse
24	Med kartoffelmos, asier og grønt drys	På makronbund med flødeskum

SØN	Flæskesteg	Fløde/karamelfromage
25	Med hjemmekogt rødkål og brunede kartofler	Med flødeskum
MAN	Kalvehjerter	Is
26	I flødesovs med kartoffelmos og tyttebær	Med krokant
TIR	Frikadeller	Muldvarpeskud
27	Med skysovs, bagte gulerødder og surt	(Sveskedessert)
ONS	Brændene kærlighed	Æblegrød
28	(Vegetarisk) med rodfrugter	Med fløde
TOR	Fiskelasagne	Panna cotta
29	Med råkost	Med krydrede æbler
FRE	kylling	Tiramisu i glas
30	I estragon/sennepssovs og rødløgskompot	Pyntet med kakaopulver
LØR	Vintergryde	Romfromage
31	Med årstidens grønt, svinekød, kartoffelmos og surt	Med cacao flødetop og appelsin

Spørgsmål omkring allergener kontakt køkkenet



Gudstjeneste



Kære alle

**I denne måned afholdes Gudstjeneste
fredag den 9. januar kl 13.00
i Café Sletten.**

Alle er velkomne.



Sognepræst Torben Jeppesen



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

Æret være deres minde!

Preben Rudskjær Siefert—Skovkvarteret.

Charlotte Lersted—Blomsterhuset.

Elsebeth Toxværd Palis—Skovkvarteret.



AKTIVITETER I DECEMBER MÅNED

**Kø til at komme ud til bus-
sen til København og alle
lysene.**



Dameklub



AKTIVITETER I DECEMBER MÅNED

Lucia



Domkirkens pigekor.



Aktiviteter i december måned



En glad julebanko vinder



Jens synger og spiller for begejstrede beboere i Blomsterhuset.



Roskilde Kulturskoles dygtige børn og unge har besøgt os for at spille den dejligste julemusik.

Mange tak for besøget og på gensyn til foråret!

Aktiviteter i december måned



Julefrokost i Skovkvarteret med den dejligste julemad og julesange.



Vi har besøgt Gundsø Omsorgscenter for at se Teater Vs meget flotte og musikalske juleforestilling "Julen har bagt". Efter forestillingen spiste vi lækre madpakker fra vores eget køkken.

Aktiviteter i december måned



Cykeltur med William.

Koncert på storskærm i Cafe Sletten.



Vildænderne på julebesøg.



**Med gave
til borgerne.**



Aktiviteter i december måned

Vildænderne på julebesøg.



Kom og vær med!

Mandage kl 10.00-10.45

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

Mandage kl 11.00-11.30.

Gymnastik for kørestolsbrugere i Café Sletten. Åben for alle.

Tirsdage kl 14.00-15.45 Biograf - NY AKTIVITET

hvor vi ser de film, I gerne vil se. I Magnoliekvarteret i lige uger & Skovkvarteret i ulige uger. Jeg serverer naturligvis biograf lækkert og drikke.

Onsdage kl 10.00-10.45

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.

Torsdage kl 13.30-14 - NY AKTIVITET

Indkøbstur med beboere i Skovkvarteret.

Torsdag for- og eftermiddage er der aktivitet i hhv Magnolie- og Skovkvarteret, hvor vi er kreative og laver alt, hvad I ønsker!

Alle er meget velkomne!



På gensyn

Linda

Kom og vær med!

Mandag den 5/1 og 19/1-26

Fællessang i Cafe Sletten kl. 14.00-15.00.

Tirsdag den 6/1 og 20/1-26—NY AKTIVITET

Aktiviteter i Skovkvarteret bl.a. kortspil og brætspil
kl. 14.00-15.30.

Tirsdage kl 13.00-14.00—NY AKTIVITET

Indkøbstur med beboere i Magnolie kvarteret.

Onsdag den 7/1 og 21/1-26 - NY AKTIVITET

Musik— og sansegruppe med kognitiv stimulation, sansning
og musik

kl. 10.00-11.00. Kun for en mindre gruppe inviterede.

Torsdage kl 13.45-14.30

Lyttegruppe—klassisk musik i Kilden.



På gensyn & genhør

Ann-Maria

AKTIVITETSKALENDER

Dato	
Torsdag den 1. Uge 1	Nytårsdag
Fredag den 2.	Kl. 10.00-11.30 Hjernegymnastik i Skovkvarteret med Linda. Kl. 10.00-11.30 Hjernegymnastik i Magnoliekvarteret med Ann-Maria.
Lørdag den 3.	
Søndag den 4.	
Mandag den 5. Uge 2	Kl. 10.00-10.45 Motion for gående og rollatorbrugere i Cafe Sletten med Linda & Ann-Maria. Kl. 11.00-11.30 Gymnastik for kørestolsbrugere i Cafe Sletten med Linda & Ann-Maria. Åben for alle. Kl. 10.00-11.30 – Dameklub med Yvonne i Kilden og Lysningen. Kun for inviterede. Kl. 14.00-15.00 Fællessang i Sletten: Fokus på opvarmning af krop og stemme, med Ann-Maria. Kl. 14.00 - Oplæsning af Linda – kun for Blomsterhuset.
Tirsdag den 6.	Kl. 10.00-11.30 Bustur for Skov- og Magnoliekvarteret med Ann-Maria og Linda. Kun for inviterede. Kl. 13.00-14.00 Indkøbsture for Magnolie kvarteret med Ann-Maria. Kl. 14.00-15.45 Biograf i Magnoliekvarteret med Linda. Kl. 14.00-15.30 Aktivitet i Skovkvarteret – Kortspil/Brætspil med Ann-Maria.
Onsdag den 7.	Kl. 10.00-10.45 Motion for gående og rollatorbrugere i Café Sletten med Linda. Kl. 10.00-11.00 Musik- og Sansegruppe med Ann-Maria – kognitiv stimulation/sansning/musik. Kun for inviterede. Kl. 14.00-15.15 Onsdagscafe i Café Sletten med Einar. Kl 14.00-14.15 Kaffe og kage. Kl 14.15-15.15 Fællessang og musik.

AKTIVITETSKALENDER

Torsdag den 8.	Kl. 10.00-11.30 Aktivitet i Magnoliekvarteret med Linda. Kl. 10.30 – Musik med Ann-Maria. Kun for Blomsterhuset. Kl. 13.45-14.30 – Lyttegruppe - klassisk musik med Ann-Maria i lokalet ”Kilden”, ved siden af Sletten - kaffe og kage i kvarterne. Kl. 13.30-14.00 Indkøbstur for Skovkvarteret med Linda. Kl. 14.00-15.45 Aktivitet i Skovkvarteret med Linda.
Fredag den 9.	Kl. 10.00-10.45 Banko i Café Sletten med Ann-Maria og Linda. Kl. 13.00 Gudstjeneste i Café Sletten.
Lørdag den 10.	
Søndag den 11.	
Mandag den 12. Uge 3	Kl. 10.00-10.45 Motion for gående og rollatorbrugere i Cafe Sletten med Linda & Ann-Maria. Kl. 11.00-11.30 Gymnastik for kørestolsbrugere i Cafe Sletten med Linda & Ann-Maria. Åben for alle. Kl. 14.00 - Oplæsning af Linda – kun for Blomsterhuset.
Tirsdag den 13.	Kl. 10.00-11.30 Bustur for Skov- og Magnoliekvarteret med Ann-Maria og Linda. Kun for inviterede. Kl.10.00-11.00 Oplæsning af Yvonne i Skovkvarteret. Kl. 13.00-14.00 Indkøbsture for Magnolie kvarteret med Ann-Maria. Kl. 14.00-15.45 Biograf i Skovkvarteret med Linda.
Onsdag den 14.	Kl. 10.00-10.45 Motion for gående og rollatorbrugere i Café Sletten med Ann-Maria. Kl. 14.00-15.15 Onsdagscafe i Café Sletten med Ann-Maria Kl 14.00-14.15 Kaffe og kage. Kl 14.15-15.15 Fællessang og musik.
Torsdag den 15.	Kl. 10.00-11.30 Aktivitet i Magnoliekvarteret med Linda. Kl. 10.30 – Musik med Ann-Maria. Kun for Blomsterhuset.

AKTIVITETSKALENDER

	Kl. 13.45-14.30 – Lyttegruppe - klassisk musik med Ann-Maria i lokalet "Kilden", ved siden af Sletten - kaffe og kage i kvarterne. Kl. 13.30-14.00 Indkøbstur for Skovkvarteret med Linda. Kl. 14.00-15.45 Aktivitet i Skovkvarteret med Linda.
Fredag den 16.	Kl. 10.00-10.30 Børnehuset Hyrdehøjs vuggestue kommer på besøg. Aktiviteten er for en lille inviteret gruppe.
Lørdag den 17.	
Søndag den 18.	
Mandag den 19. Uge 4	Kl. 10.00-10.45 Motion for gående og rollatorbrugere i Cafe Sletten med Linda & Ann-Maria. Kl. 11.00-11.30 Gymnastik for kørestolsbrugere i Cafe Sletten med Linda & Ann-Maria. Åben for alle. Kl. 14.00-15.00 Fællessang i Sletten: Fokus på opvarmning af krop og stemme, med Ann-Maria. Kl. 14.00 - Oplæsning af Linda – kun for Blomsterhuset.
Tirsdag den 20.	Kl. 10.00-11.30 Bustur for Skov- og Magnoliekvarteret med Ann-Maria og Linda. Kun for inviterede. Kl. 13.00-14.00 Indkøbsture for Magnolie kvarteret med Ann-Maria. Kl. 14.00-15.30 Aktivitet i Skovkvarteret – Kortspil/Brætspil med Ann-Maria. Kl. 14.00-15.45 Biograf i Magnoliekvarteret med Linda.
Onsdag den 21.	Kl. 10.00-10.45 Motion for gående og rollatorbrugere i Café Sletten med Linda. Kl. 10.00-11.00 Musik- og Sansegruppe med Ann-Maria – kognitiv stimulation/sansning/musik. Kun for inviterede. Kl. 14.00-15.15 Onsdagscafe i Café Sletten med Ann-Maria Kl 14.00-14.15 Kaffe og kage. Kl 14.15-15.15 Fællessang og musik.
Torsdag den 22.	Kl. 10.00-11.30 Aktivitet i Magnolie med Linda.

AKTIVITETSKALENDER

	Kl. 10.30 – Musik med Ann-Maria. Kun for Blomsterhuset. Kl. 13.45-14.30 – Lyttegruppe - klassisk musik med Ann-Maria i lokalet ”Kilden”, ved siden af Sletten - kaffe og kage i kvarterne. Kl. 13.30-14.00 Indkøbstur for Skovkvarteret med Linda. Kl. 14.00-15.45 Aktivitet i Skovkvarteret med Linda.
Fredag den 23.	Kl. 10.00-10.45 Banko i Café Sletten med Ann-Maria og Linda.
Lørdag den 24.	
Søndag den 25.	
Mandag den 26. Uge 5	Kl. 10.00-10.45 Motion for gående og rollatorbrugere i Cafe Sletten med Linda & Ann-Maria. Kl. 11.00-11.30 Gymnastik for kørestolsbrugere i Cafe Sletten med Linda & Ann-Maria. Åben for alle. Kl. 14.00 - Oplæsning af Linda – kun for Blomsterhuset.
Tirsdag den 27.	Kl. 10.00-11.30 Bustur for Skov- og Magnoliekvarteret med Ann-Maria. Kun for inviterede. Kl. 13.00-14.00 Indkøbsture for Magnolie kvarteret med Ann-Maria. Kl. 14.00-15.45 Biograf i Skovkvarteret med Linda.
Onsdag den 28.	Kl. 10.00-10.45 Motion for gående og rollatorbrugere i Café Sletten med Linda. Kl. 10.00-11.30 – Dameklub med Yvonne og Ann-Maria i Kilden og Lysningen. Kun for inviterede. Kl. 14.00-15.15 Onsdagscafe i Café Sletten med Ann-Maria Kl 14.00-14.15 Kaffe og kage. Kl 14.15-15.15 Fællessang og musik.
Torsdag den 29.	Kl. 10.00-11.30 Aktivitet i Magnoliekvarteret med Linda. Kl. 10.30 Fælles cykeltur med Hyrdehøj og Trekroner Plejecenter. Kl. 13.45-14.30 – Lyttegruppe - klassisk musik med Ann-Maria i lokalet ”Kilden”, ved siden af Sletten - kaffe og kage i kvarterne.

AKTIVITETSKALENDER

	Kl. 13.30-14.00 Indkøbstur for Skovkvarteret med Linda. Kl. 14.00-15.45 Aktivitet i Skovkvarteret med Linda.
Fredag den 30.	Kl. 10.00-11.30 Hjernegymnastik i Skovkvarteret med Linda. Kl. 10.00-11.30 Hjernegymnastik i Magnoliekvarteret med Ann-Maria.
Lørdag den 31.	

Hyrdehøjs frivillige



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

Fraværende: Poul, Irene, Winnie og Hanna.

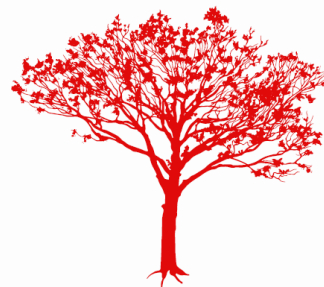
Hvis I støder ind i disse skønne mennesker i kvartetterne og i Cafe Sletten, så møder I vores frivillige, som gør et stort arbejde.

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.

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	FOOTBØJ
					FAR- TØJ					
					DRIK			FILM POLITI- KORPS		
					2. UBE- KENDT		PADDE BIB. NAVN			
	JOBDET	ØSTRIG	NUM- MER	↓	ILD- STEDER	TOV SANGER			GAMMEL AFGIFT	
KØKKEN- UD- STYR						BLOMST TØR				
ANB.		BUSK FOR- BUND						ENG. STEDORD DRON- 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			

Bolignummer: _____

Navn: _____

Løsning inkl. navn og bolignummer afleveres i de grønne dueslag på kontorene i hhv Skov- og Magnoliekvarter. Der kommer til at stå Kryds og tværs på dem. Den skal afleveres senest den 22/1-26 kl. 12.00.

Svar på kryds og tværs

Vinder af månedens opgave

Og vinderen er:

Jens ole bolig 45

Tillykke!

Husk at sende din kryds og tværs besvarelse til den grønne brevbakke på personalekontorene i hhv. Skov- og magnoliekvarteret.



**Præmie:
En æske chokolade**

KONKURRENCE

Deltag gerne!



Nu er vores nye bus ankommet, og da vi godt kunne tænke os at navngive bussen, har I her mulighed for at komme med jeres forslag.

Indsend dit forslag inden den 22. januar 2026, og vinderen med vindernavnet vil blive nævnt i næste udgave af husavisen. Vinderen modtager chokolade som tak.

Forslagene bedes lagt i de grønne dueslag på kontorene i hhv Skov- og Magnoliekvarter.

Vores bus skal hedde

Indsendt af:..... Bolig:.....