



HYRDEHØJ PRESSEN



Juni 2023



Lederen —side 3-4
Tour de Paris—side 31-32

Nyt fra BPR—side 7
Gratis ledsageordning—side 24

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/Nyt fra BPR	6-7
BPR—beslutningsreferat den 18/4-23.....	8-9
Interne kontaktoplysninger	10
Eksterne kontaktoplysninger	11
Praktisk information	12
Årshjulet for større begivenheder.....	13
Nyt om borgermøder	14-15
Aktiviteter i maj måned	16
Pårørende tilbud	17
Gudstjeneste.....	18
Blomsterhuset	19
Aloe vera produkter.....	20
Meld jer!.....	21
Fødselsdage	22
Gratis ledsageordning	23
Afsked.....	24
Aftenmenu for juni måned	25-26
Aktivitetskalender	27-28
Frivillige.....	29
Tour de Paris.....	30-31
Hyrdehøjs Frivillige	32-33
Vågetjenesten.....	34
Månedens opgave og månedens vinder	35-36
Aktiviteter i juni måned	37
Tilbud fra Biblioteket.....	38
Oplysning til borgere og pårørende/Banko og busture.....	39-40

Kære Alle



Juni er den lyseste sommermåned og præsenterer årets lyseste tid. Skærsommer-måned er opkaldt efter Juno – den romerske gudinde for kvinden og ægteskabet. Juni er fuld af dyrebørn, der nu skal stå på egne ben. Vild kørvel blomstrer i grøftekanterne, og svalerne sender deres første kuld unger på vingerne.

Så kom vi forbi pinsen og mon ikke nogle i Danmark, så pinsesolen danse, og nu går vi ind i det, de fleste betegner som sommeren. Der ligger nogle dejlige måneder foran os, med lange lyse dage og nætter samt temperaturer, der føles behagelige, både inde og ude.

Juni måned byder forhåbentlig også på mulighed for grill dage. Hvis vejret er godt, og vi når at aftale det med køkkenet, kan vi konvertere frokosten til pølser og tilbehør. Det plejer at være super hyggeligt og populært.

Juni er også den måned, hvor personalets sommerferie begynder.

Det betyder, at der i huset vil være flere afløsere end normalt, og at der ikke er så meget fast personale, som der plejer.

Jeg håber, at ved fælles hjælp og velvilje skal det hele nok gå, og personalet kan få et velfortjent pusterum med deres familier.

Både vi og bruger-pårørende rådet har forskellige arrangementer igennem sommeren, hold jer orienteret i vores aktivitetskalender inde i avisen.

Vi mangler altid cykelpiloter til vores rickshaw cykler, så hvis nogen af jer elsker at cykle og har lyst til at tage en ældre borger med på tur, står vi klar med oplæring og gode råd. Kontakt Helen Ghauri, kontakt info er inde i husavisen.

Ellers vil jeg bare ønske jer alle en rigtig god sommer, nyd vores dejlige haver med jeres pårørende, der er både borde og stole, I kan sidde ved.



Mange sommerhilsner

Centerleder
Vinni Rasmussen

Velkommen til nye beboere



VELKOMMEN!

Jan Erik Juellund—bolig 19
Inge Irene Christoffersen—bolig 31

Bruger- og pårørenderåd

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 pårørenderådets medlemmer

Elin Jørgensen	Formand	Skovkvarteret Pårørende
Gert Jensen	Kassér	Interesseret borger
Vibe Andreasson	Bestyrelses- medlem	Skovkvarteret på-rørende
Kirsten Alvang	Bestyrelses- medlem	Blomsterhuset på-rørende
Tordis Sværke	Bestyrelses- medlem	Interesseret borger
Repræsentant fra Ældrerådet		
Judith Fjelstrup	20 65 26 15	judith.fjelstrup@webspeed.dk

Nyt fra Bruger- og pårørenderåd

Kære beboere og pårørende

Kom og hør Grønlund Kvartetten spille i
Cafe Sletten fredag d. 16. juni kl. 14.30 – 15.30



Grønlund Kvartetten underholder med kendte musik og sangnumre, der kan nynnes og synges med på.

Repertoiret er varieret og indeholder sange af ældre og nyere dato. Udover sange fra den danske sangskat og højskolesangbogen, bliver der bl.a. præsenteret musik af Kaj Norman Andersen, John Mogensen og Anne Linnet.

Hilsen

Bruger og Pårørende Rådet på Hyrdehøj Plejecenter



ROSKILDE KOMMUNE

Hyrdehøj plejecenter BPR

Beslutningsreferat af BPR-mødet Den 18. april 2023

Dagsorden for BPR-mødet d. 18. april 2023

1.	Godkendelse af dagsorden og referat fra sidste møde
2.	Nyt fra Vinni Økonomi Indsatser Udfordringer
3.	Tilsynsrapport / Vinni Hvad viste den? Hvad skal kommunikeres ud til pårørende?
4.	Vågetjenesten Kommunikation til pårørende?
5.	Kommunikation og aktiviteter ift. Pårørende Indflytningssamtale Vinni 2. nyhedsbrev indhold
6.	Planlægning af forårets og efterårets musikarrangementer
7.	Planlægning af pårørendemøde I efteråret
8.	Evt.

Ad. 1

Dagsorden og referat blev godkendt.

Ad. 2 Nyt fra Vinni

Økonomi: Hyrdehøj Plejecenters økonomi ser fornuftig ud. Det er der flere årsager til. Fx er sygefraværet blevet halveret, og der er ikke længere afsat penge til klippekortordningen.

Indsatser: Der er holdt forventningssamtaler for nye beboere og pårørende. Desuden er der i samarbejde med Sundhedsstyrelsen planlagt 2 workshops om værdier i ældreplejen og værdier i dagligdagen for plejecenterpersonalet.

ROSKILDE KOMMUNE



Hyrdehøj plejecenter BPR

Beslutningsreferat af BPR-mødet Den 18. april 2023.

Udfordringer: Det er svært at få mere arbejdskraft. De nye beboerne er generelt dårligere end tidligere, når de flytter ind. Der er hurtigere udskiftning af beboere i de enkelte boliger. Det giver flere og også nye opgaver til personalet.

Ad.3 Tilsynsrapport

Der er blevet lavet en tilsynsrapport for Hyrdehøj Plejecenter. Tilsynsrapporten laves årligt for alle plejecentre. Hyrdehøj Plejecenter bliver målt på 6 kategorier og kan max opnå 30 point. Hyrdehøj Plejecenter opnåede 29 point, hvilket vi i BPR synes er fantastisk flot.

Ad.4 Vågetjenesten

BPR blev orienteret om Røde Kors' Vågetjeneste og principper for vågetjenesten. Vågetjenesten består af frivillige. Hyrdehøj Plejecenter bruger Røde Kors' Vågetjeneste og pårørende har mulighed for at få hjælp, hvis der er brug for at våge over en beboer.

Ad.5. Kommunikation og aktiviteter ift. Pårørende

Indflytningssamtalen skal følge op på indflytningspjece. Pt. er der holdt nogle indledende indflytningssamtaler. BPR får et udkast til samtaleskema til drøftelse i løbet af efteråret. BPR besluttede desuden, at næste nyhedsbrev til pårørende skal indeholde oplysninger om Røde Kors' Vågetjeneste, og hvad Hyrdehøj Plejecenter kan stille til rådighed.

Ad.6. Planlægning af forårets og efterårets musikarrangementer

Pt. har vi to aftaler i hus. Et d. 10. maj med et jazzband og et d. 16. juni med et popband. Vibe, Tordis og Elin står for de to forårsarrangementer. Til efteråret holdes et musikarrangement, fx med viser, folkemusik eller revysange. Tordis kontakter Visens Venner og Lirumlarum for at høre, om der er nogle, der kan spille for os. Desuden er aftalt, at Domkirkens Kirkekor kommer og synger søndag d. 3. december kl.14.

Ad.7. Pårørende møde i efteråret

Ved nytårskuren i januar blev aftalt, at vi holder et pårørendemøde i efteråret. Foreløbige ideer til indhold er: Forventningssamtalen, oplægsholder om rollen som pårørende. Tordis undersøger mulige personer i Sundhedscenteret.

Ad.8. Evt

Der var intet til eventuelt.

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

Vaskeri:

24454435

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: <u>plejehyrdehoej@roskilde.dk</u>		

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



Juni

1.—9.

”Vi cykler til Paris”

16. kl. 14-16

Musikarrangement arrangeret af BPR i Cafe Sletten.

Juli

6. kl. 10-12

Tøjstativet—salg af tøj i Cafe Sletten.

September

14. kl. 10.30-11.30

Openair cirkus på Hyrdehøj.

December

Julefrokost

Borgermøde i Magnolie kv. den 8/5-23

Vinni byder velkommen til borgermødet.

Hvad rører sig:

Der er en vandskade ved køkkenet, og der er taget hånd om det, og VVS'er er bestilt.

Det var den sidste St. Bededag og gad vide, hvad politikerne nu finder på.

Vinni opfordrer alle til at komme udenfor og nyde de smukke blomster, og at vores magnolier blomstrer. Vejret i de kommende dage bliver bedre med varmegrader fra 17-20 grader, så nyd vores haver.

Nu er det snart pinse, så skal vi se pinsesolen danse.

Sommerferie blandt personalet står for døren, og derfor vil der være flere afløsere rundt om i huset.

Når vejret er til det, skal der grilles på terrassen. Og musikken kan også spilles udenfor.

Aktiviteter:

På onsdag vil der være jazz i cafeen og kaffe og kage vil blive serveret.

Der opfordres til at man tager imod tilbuddet om at komme på en cykeltur i vores rickshaw cykler og Morten vil være piloten, så meld dig endelig, også selv om du sidder i kørestol, da vi også har en cykel specielt til dette.

I begyndelsen af juni måned skal vi igen konkurrerer mod andre plejecentre og ”cykle til Paris”, så kom og vær med.

Kom gerne med ideer til aktiviteter.

Borgermøde i Magnolie kv. den 8/5-23

Plejen:

Vinni spørger om det går godt og om alle har hvad de har brug for. Ingen har noget negativt at sige.

Mad & Måltider:

Der er stor tilfredshed med maden. Der ønskes æbleflæsk. Der er en ønske krukke, hvor man kan ønske en ret. Endvidere er der enighed blandt flere om at der er for mange kartofler, og der ønskes flere ris.

En borger giver udtryk for, at TV'et gerne må slukkes under maden, da det generer.

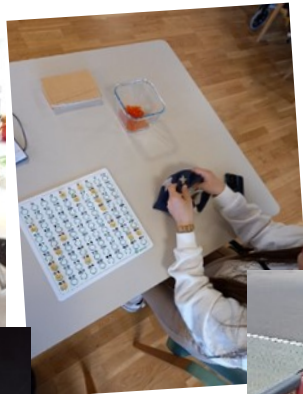
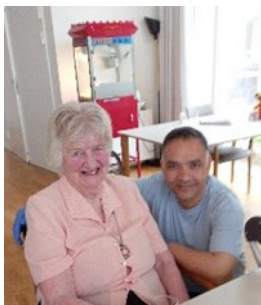
Ønsker:

Ingen særlige ønsker.

”Og intet nyt er godt nyt” (citat borger).

Vinni takker for deltagelsen og ønsker alle en god eftermiddag.

Aktivitet i maj måned



skov 16/5
kl. 14:15 - 16



skov 16/5
kl. 14:15 - 16



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 relevant 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 9. juni 2023 Kl. 13.00.

Gudstjenesten vil blive afholdt i Cafe Sletten.



Præst Torben Jeppesen

Blomsterhuset



Blomsterhuset på strandtur og på cykeltur!

ALOE VERA PRODUKTER

ALOE VERA PRODUKTER!

Produktsalg med skønne Aloe Vera produkter.

Jeg hedder Hanne og jeg kommer med et udvalg af Aloe Vera produkter indenfor skønhed og velvære.

**Det foregår
mandag den 12. juni
kl. 10:00 - 12:00**



Vi søger beboere, der har lyst til at være klummeskrivere eller komme med input.

Vi vil så gerne, at denne avis afspejler jer, der bor på Hyrdehøj. Det kan være tanker, holdninger, faglige indlæg eller opfordringer til grupper og samvær. Kom med din mening om aktiviteter, som du har lyst til eller har været en del af.

Chefredaktøren er Helen Ghauri, som også er vores ergoterapeut.

Er du forfatter, debattør eller bare én, der har noget på hjertet, så henvend dig enten til plejen eller Helen.



I denne måned har vi fødselarer i huset:



Tillykke til alle fødselarer, vi kipper med flaget

- 13. Jonna (Skovkvt.),**
 - 17. Niels (Magnolie kvt.),**
 - 22. Lis T. (Skovkvt.),**
 - 22. Jens Ole (Skovkvt.),**
 - 23. Bente (Magnolie kvt.),**
 - 26. Jette (Blomsterhuset)**
- Og**
- 30. Jørgen (Skovkvt.).**

Den 28. maj blev Inge Irene i Magnolie kvarteret



Tak til køk-
kenet for den
fine kage.

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



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

Æret være Deres minde

***Hanne Margit Kousholt
Henning Wisby Lüthjohan***



Aftenmenu juni

TOR	Sommergryde	Solbær/ribsgrød
1	Med svinekød, gulerødder, blomkål og fine ærter	Med fløde
FRE	Farseret blomkål	Chokoladebudding
2	Med skysovs og agurkesalat	Flødeskum
LØR	Kalvefrikassé	Rejecocktail
3	Med majroe, gulerødder, ærter og dild	Med pynt
SØN	Sprængt kam	Isdessert med knas
4	Med peberrodssovs og sommergrønt vendt i smør	Chokolade og appelsin
MAN	Stegt kylling	Grundlovsdessert
5	Champignonsovs, grøn salat med flødedressing	(Rabarber trifli)
TIR	Medister	Æblegrød
6	Med stuvet sommerkål, rødbeder og sennep	Med fløde
ONS	Fisk florentine	Fløde/karamelfromage
7	Med spinat, citron, hvidvinssovs og råkost	Med flødeskum
TOR	Svampefrikadeller	Koldskål
8	Med skysovs og smørdampede gulerødder	Med kammerjunkere
FRE	Røget flæsk	Nougat is
9	Med mælkeærter(stuvning med sommergrønt)	Med vanillevafler
LØR	Høsefrikassé	Grønærtesuppe
10	Med persille og agurkesalat	Med cremefraiche og bacon crisp
SØN	Chili/vanille skinke	Citronfromage
11	Med flødebagte kartofler og grøn salat	Med flødeskum og chokoladepynt
MAN	Hakkebøf	Vafler
12	Med bløde løg, skysovs og rødbeder	Med syltetøj og flødeskum
TIR	Fiskefrikadeller	Petit fours
13	Med grov urtesovs og råkost	Små kager med fyld
ONS	Sommertærte	Hyldeblomstfromage
14	Med asparges, porre, kartoffel med grøn salat	Pyntet med flødeskum chokolade
TOR	Valdemarsdag	Jordbær
15	Stegt flæsk, persillesovs, nye kartofler og agurkesalat	Med fløde
FRE	Baconrulle	Hindbægrød
16	Med skysovs, rysteribs og agurkesalat	Med fløde
LØR	Hamburgerryg	Tunmousse
17	Med aspargessovs, broccoli og gulerødder	Med dilledressing og pynt
SØN	Mørbrad á la crème	Chokolademousse
18	Med gulerødder og agurkesalat	Med flødeskum
MAN	Frikadeller	Pandekage
19	Med kold kartoffelsalat, purløg, tomat og agurk	Med vanilleis og rabarbersyltetøj

Aftenmenu juni

TIR 20	Gartenerens gryde Med grønt og ost	Jordbær Med fløde
ONS 21	Krebinet Med skysovs, brasede kartofler og ærter	Ymerfromage Med jordbærsovs
TOR 22	Hjemmerøget laks Med hollandaise, citron og spidskålsalat	Rabarbergrod Med fløde
FRE 23	Sankthans Grill Grillpakke med pølser, revelsben og tilbehør	Jordbærtærte Med flødeskum
LØR 24	Benløse fugle (gris) Med skysovs, rabarberchutney og surt	Tarteletter Med høns i asparges
SØN 25	Flæskesteg Med skysovs, blomkål og agurkesalat	Sherryfromage Med chokolade og nødder
MAN 26	Moussaka Med kartofler og grillet peberfrugt	Is Med karamelsauce
TIR 27	Stegt kalvelever Med champignonsovs, bløde løg og agurkesalat	Stikkelsbærgrød Med fløde
ONS 28	Æggekage Med bacon, purløg, tomat og rugbrød	Jordbær Med fløde
TOR 29	Forloren and Med skysovs, ribsgele og asier	Hindbærkoldskål Med kammerjunkere
FRE 30	Røget makrel Med kartoffelsalat, agurk, tomat og purløg	Fersken Med makronflødeskum

Spørgsmål omkring allergener kontakt køkkenet



Aktivitetskalender

Dato	
Torsdag den 1.	Morten printer husavis. Vi cykler til Paris.
Fredag den 2.	Vi cykler til Paris. Kl. 11 – Brunch i kvartererne.
Lørdag den 3.	Vi cykler til Paris.
Søndag den 4.	Vi cykler til Paris.
Mandag den 5.	Grundlovsdag. Vi cykler til Paris.
Tirsdag den 6.	Vi cykler til Paris Kl. 13.30 – 15.00 – Erindrings salon i Cafe Sletten.
Onsdag den 7.	Vi cykler til Paris. Kl. 14.00-15.30 – Onsdagscafe i Cafe Sletten. Kl. 14.00-14.30 – Kaffe og kage. Kl. 14.30-15.30 – Musik, hygge, dans og fællessang. Kl. 16.00-16.30 – Morten spiller musik i Blomsterhuset.
Torsdag den 8.	Vi cykler til Paris.
Fredag den 9.	Afslutning på "Vi cykler til Paris". Kl. 13.00-13.30 – Gudstjeneste i Cafe Sletten.
Lørdag den 10.	
Søndag den 11.	
Mandag den 12.	Kl. 10.00-12.00 – Salg af Aloe vera produkter i Cafe Sletten. Kl. 10.30-11.30 – Herreklub med Morten i Lysningen.
Tirsdag den 13.	Kl. 10.15-11.30 – Musik & hygge – leg med instrumenter med Morten i Cafe Sletten. Kl. 13.00-14.00 – Banko i Cafe Sletten. Kl. 14.15-16.00 – Biograf i de respektive afdelinger. Morten deltager i Magnolie kvarteret.
Onsdag den 14.	Morten på bustur med Blomsterhuset - tidspunkt aftales. Kl. 14.00-15.30 – Onsdagscafe i Cafe Sletten. Kl. 14.00-14.30 – Kaffe og kage. Kl. 14.30-15.30 – Musik, hygge, dans og fællessang. Kl. 16.00-16.30 – Morten spiller musik i Blomsterhuset.
Torsdag den 15.	Kl. 10-12 – Bustur med Morten og personale i Magnolie kvarteret.
Fredag den 16.	Kl. 10.00-10.45 – Stolegymnastik med Sanne i Cafe Sletten. Kl. 14.00-16.00 – Musikarrangement af BPR Kl. 14 – Kaffe Kl. 14.30 – 16.00 musik med et kvarters pause.

Aktivitetskalender

Lørdag den 17.	
Søndag den 18.	
Mandag den 19.	Kl. 10-12 – Dameklub i Kilden. Kun for inviterede. Kl. 10.00-11.30 – Krea med Morten i Skovkvarteret.
Tirsdag den 20.	Kl. 14.15-16.00 – Biograf i de respektive afdelinger. Morten deltager i Skovkvarteret.
Onsdag den 21.	Morten på bustur med Blomsterhuset - tidspunkt aftales. Kl. 14.00-15.30 – Onsdagscafe i Cafe Sletten. Kl. 14.00-14.30 – Kaffe og kage. Kl. 14.30-15.30 – Musik, hygge, dans og fællessang. Kl. 16.00-16.30 – Morten spiller musik i Blomsterhuset.
Torsdag den 22.	Kl. 10.30-15.00 – Tur ud af huset.
Fredag den 23.	Kl. 10.30-11.30 – Banko i Cafe Sletten. Kl. 13.00-13.45 – Musik & hygge – leg med instrumenter med Morten i Cafe Sletten.
Lørdag den 24.	
Søndag den 25.	
Mandag den 26.	Morten har ferie til og med 7. juli 2023.
Tirsdag den 27.	Kl. 14.15-16.00 – Biograf i de respektive afdelinger. Personalet sætter film på.
Onsdag den 28.	Ingen onsdagscafe.
Torsdag den 29.	
Fredag den 30.	

Forbehold for ændringer.

KOM FRIT FREM ! FRIVILLIGE SØGES.

FANTASTISKE FRIVILLIGE

ER DET DIG/JER?

EFTERLYSNING!

Vi kunne godt tænke os flere frivillige, som kan komme og være med til at gøre dagen endnu bedre for vores borgere.

Nu nærmer sommeren sig, og vejret bliver bedre, så kom og gå en tur sammen med en borger, eller vi kan danne et hold.

Kom og vær med!

Kontakt Helen på heleng@roskilde.dk.

TOUR DE PARIS



ROSKILDE
KOMMUNE

#ALLE TIDERS ROSKILDE

Tour de Paris 2023

-Den udekørende Seniorhøjskole

Start- Torsdag den 1.juni

Slut - Fredag 9.juni



TOUR DE PARIS

Vi cykler til "Paris"

Sidste år løb Bernadottegården og Seniorhøjskolen for Blinde og svagseende med sejren.

I år starter Tour de France I Italien, Bilbao den 1.juli og slutter den 23.juli. I Paris.

I traditionens tro varmer vi derfor allerede op inden Tour de France starter og træder i fællesskab i pedalerne i uge 22 og 23, 2023.

Den udekørende Seniorhøjskole inviter de Lokale seniorhøjskoler,

samt plejecentrene til en uforglemmelig uge.

Hvem skal cykle med borgerne?

Al cykling gælder: håndcykler, bencykler, duocykler, træningscykler og rickshaws.

Husk at cyklingen skal være borgerrelateret.

Der skal derfor deltage en borger, når der cykles.

Frivillige cykelpiloter kan også medregnes.



Hyrdehøjs frivillige



Fra venstre:

Brita, Makbule, Gert (også medlem af BPR) og Poul.

Fraværende: Bente Juul, Bente Palmkvist.

Velkommen til vores nye medlem: Karen Margrethe Rindom, som heller 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.

KOM FRIT FREM ! 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,

Skriv dit navn, e-mailadresse og telefonnummer.
Du er også velkommen til at ringe på 21 16 90 26.

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



Svar på kryds og tværs

Vinder af månedens opgave

Og vinderen er:

Birthe Larsen

Stort tillykke.

Send din kryds og tværs til mig



**Præmie:
En æske chokolade**

Aktiviteter i juni måned



1960'ERNE
LET'S TWIST AGAIN!

Vi pynter op med guirlander, touperer håret, finder 60'er kjolen frem og inviterer en tur i tidsmaskinen, hvor vi sammen vil drømme os tilbage til de glade 1960'ere

Vi synger populærsange ala *Jeg sætter min hat som jeg vil* og besøger minderne fra ungdommen og den tidlige voksenalder. Hvordan husker I teenagelivet med twist, idoler og beatleshår? Nye uddannelsesmuligheder, SU, charterrejser og den første månelanding? Kvindemes indtog på arbejdsmarkedet og velfærdsgoder som parcelhus, fjernsyn og bil?

Tag din veninde, søn eller datter under armen til en hyggelig eftermiddag, hvor fortiden vil træde levende frem. Undervejs smager vi på tidens cocktail nemlig Martinien, sætter twist-pladen på rejsegrammofonen og mon ikke, vi også får os en lille sving om?

ERINDRINGSFABRIKKEN

Erindringsfabrikken kommer på Hyrdehøj

Tirsdag den 6. juni 2023 kl. 13.30-15.00

I Cafe Sletten.

Hvis du ikke selv kan komme på biblioteket – kommer biblioteket til dig.

Alle Roskildeborgere, der på grund af handicap, langvarig sygdom eller alder ikke selv kan besøge biblioteket, kan få bragt materialer hjem. Det gælder bøger – også med stor skrift, blade, lydbøger, musik og film – kort sagt alle materialer, som kan lånes på biblioteket. På vores hjemmeside kan du læse lidt om dette tilbud <https://www.roskildebib.dk/bogen-kommer>. I de fleste tilfælde får man sin "egen" medarbejder fra biblioteket tilknyttet, som man aftaler med, hvad næste pakke skal indeholde. Nogle gange er det et fast repertoire, som pakken indeholder, det bestemmer man helt selv. Som oftest ringer vores medarbejder i forvejen og aftaler, hvad man gerne vil have med. På vores hjemmeside kan man søge titler frem, her vil man også kunne se, om den pågældende titel findes i en lydbog. Men det ville vores medarbejder også kunne hjælpe med.

Hvordan foregår det?

Cirka hver 10. uge kommer biblioteks bilen ud til dig, og næste tur til Hyrdehøj er den 2. maj.

Det er altid samme ugedag mellem kl. 9 og 14. Du får en køreplan, der gælder for et år ad gangen.

Tilbuddet er gratis.

Hvordan bliver du tilmeldt?

Kontakt Roskilde Bibliotek: Anne Mette Bøttcher Jensen på tlf. 46 31 50 53 eller annemetteb@roskilde.dk.

Lydavis

Blinde, svagtseende og andre handicappede kan hver uge få tilsendt en cd-rom med nyheder fra de lokale aviser om arrangementer, lokalpolitik, navnestof og anden information fra Roskilde Kommune og Regionen en gang om ugen.

Lydavisen sendes med posten hver tirsdag og er gratis. Kontakt Sabina Faigh på telefon 46 31 50 09 eller mail adm@roskilde.dk, hvis du vil vide mere om lydavisen.

For at afspille lydavisen, skal du have særlig afspiller med Daisy-format. Kontakt blindekonsulenten, Roskilde Kommunes hjælpemiddelafsnit eller Synsrådgivningen på telefon 46 31 72 31, hvis du ønsker flere oplysninger.

Oplysning til borgere og pårørende

Husavisen

Deles fortsat **ikke** ud til alle, men ligger i et antal eksemplarer ude i hvert kvarter til fri afbenyttelse.

Husavisen kan også ses eller downloades på Www.plejehyrdehoej@roskilde.dk.



CYKEL-PILOTER EFTERLYSES




Kære pårørende.

Kunne du tænke dig at give din pårørende en cykeltur i vores rickshaw cykler, og vi har en cykel til kørestole?

Så kontakt mig (heleng@roskilde.dk), så du kan blive oplært i brugen af cyklen.

I juni måned ”cykler vi til Paris”, hvor vi cykler mod andre plejecentre, og den, der kører længst vinder, og vi har en gang vundet en 1. plads  og sidste år fik vi en 2. plads 

Meld dig og kom og vær med til at vinde. 

BANKO



HUSK

AT DER SPILLES BANKO
ET PAR GANGE OM MÅNE-
DEN—KIG I AKTIVITETS-
KALENDEREN FOR AT SE
HVORNÅR VI SKAL SPILLE.

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

VI SER FREM TIL AT DU
KOMMER OG DELTAGER.



BUSTURE



Vi planlægger ugentlige bus-
ture.
(se aktivitetskalenderen).

