



HYRDEHØJ PRESSEN



November 2025



Leder—side 3-4

Valg til bruger og pårørende råd

side 8 –9

Aftenmenu—side 21-22

Aktivitetskalender—side 31-34

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	6-9
Interne kontaktoplysninger	10-11
Eksterne kontaktoplysninger	12
Praktisk information	13
Årshjulet for større begivenheder	14
Vi leder efter netop dig som frivillig.....	15
Kære pårørende	16
Fødselsdage	17
Referat af borgermødet i Skovkvarteret.....	18
Referat af borgermødet i magnoliekvarteret.....	19-20
Aftenmenu for november måned.....	21-22
Gudstjeneste	23
Afsked.....	24
Aktiviteter i oktober	25-30
Aktivitetskalender	31-34
Kom og vær med!	35-36
Frivillige	37
Vågetjenesten.....	38
Månedens opgave og månedens vinder	39-40

Kære beboere, pårørende og personale.



November står for døren og med efterårets gyldne farver og den kølige friskhed i luften, er det som om naturen beder os om at sænke tempoet og nyde øjeblikkene. Efterår er kakaovejr og løvfaldsvejr – en tid til at tage hånd om fællesskabet og glæde os over hverdagen på Hyrdehøj.

Netop nu er der et par spændende nyheder. Først og fremmest har vi snart valg til vores Bruger-Pårørende-Kvalitetsråd, der gør det muligt for både borgere og pårørende at få medindflydelse på, hvilke kvalitetsfremmende indsatser vi skal iværksætte her på stedet – og vi har brug for nye ansigter! Der er hele tre pårørende, som træder af, og derfor er det vigtigt at finde engagerede mennesker, der i samarbejde med personale og ledelse vil være med til at forme fremtiden på Hyrdehøj. Hold øje med opslag i huset, hvor der vil stå mere om, hvornår valget finder sted.

En anden mulighed for at gøre sin stemme gældende er ved kommunalvalget, som kan påvirke vores lokalsamfund. For at sikre at alle har en chance for at deltage, er der mulighed for at brevstemme på Hyrdehøj den 7. november mellem kl. 12:30 og 15:00. Der kommer også opslag op om dette, så I kan finde de praktiske oplysninger.

Derudover er aktivitetsgruppen i fuld gang med at planlægge en større udflugt. November er perfekt til at nyde efterårets gyldne landskaber, og vi overvejer både en tur ud for at opleve farverne i skovene og eventuelt julelys – eller måske begge dele! Vi glæder os til at dele planerne med jer her i husavisen snart.

Og så til en rigtig god nyhed: Vi har fået en aftale på plads om en ny bus til Hyrdehøj! Det bliver en elektrisk Renault, der kan tage op til 9 personer og hvor der er plads til kørestole. Med denne bus vil vi igen kunne tage alle med på ture ud i det blå. Hvis alt går vel får vi bussen allerede inden for den næste måneds tid. Det er en rigtig milepæl, og vi glæder os!



Vores nye bus.

Jeg vil slutte som jeg plejer, med et lille vers, ” I Sig nærmer tiden” tegner St. St. Blicher et billede af sig selv som trækfuglen, der er på vej ud på sit sidste træk. Her er første vers, hele sangen kan findes i højskolesangbogen.

1. Sig nærmer tiden, da jeg må væk,
jeg hører vinterens stemme;
thi også jeg er kun her på træk
og haver andensteds hjemme.

Lad os i denne tid tage efterårets stemning til os og finde glæde i både fællesskab og naturens skifte. På gensyn i dagligstuen, ved opslagstavlen eller måske på en kommende tur.

De varmeste efterårshilsner

Vinni
Centerleder

Velkommen til nye beboere



VELKOMMEN!

**Jørgen Holger Saaby Krog—bolig 31
Gunner Poulsen—bolig 61
Pia Elisabeth Høgsbro—bolig 46**

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



ROSKILDE
KOMMUNE

Til beboere og pårørende på Hyrdehøj Plejecenter

Suppleringsvalg til bruger- og pårønderåd for perioden 2025 til og med 2026

Der er suppleringsvalg til bruger- og pårønderådet på Hyrdehøj Plejecenter mandag d. 24. november 2025 kl. 16.00.

Bruger- og pårønderådet skal, sammen med ledelse og personale, være med til, at Hyrdehøj Plejecenter fortsat er et godt sted at bo.

Ved valghandlingen kan du både stille op og stemme på dem, som du gerne vil have i rådet. Dog skal du være opmærksom på, at kun 1 pårørende pr. beboer kan stemme. Der kan godt stille flere pårørende op pr. beboer.

Valghandlingen begynder med opstilling af kandidater, og derefter afholdes selve valget.

Er du forhindret i at komme d. 24. november, har du en mulighed for at stille op ved hjælp af fuldmagt. Får du brug for dette, skal du kontakte centerleder Vinni Rasmussen før valget.

Vi vil gerne gøre valghandlingen til en festlig begivenhed. Vi serverer derfor lidt let til ganen under valghandlingen.

Jeg vedlægger vedtægterne til bruger- og pårønderådet og en valgbrochure, hvor du kan læse om rådets opgaver.

Vel mødt til valget.

Venlig hilsen

Vinni Rasmussen
Centerleder på Hyrdehøj Plejecenter

Roskilde Kommune
Rådhusbuen 1
4000 Roskilde
Tlf. 46 31 30 00
www.roskilde.dk

Telefonen har åbent
Mandag – fredag kl. 9-14

Hjælp til selvbetjening og
generel vejledning

Tlf. 70 20 00 00

Mandag – torsdag kl. 8-20
Fredag kl. 8-16
Søndag kl. 16-20



ROSKILDE
KOMMUNE

#ALLE TIDERS ROSKILDE

VALG TIL BRUGER- OG PÅRØRENDERÅD

Mandag den 24. november 2025



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
Britt Melgaard Afdelingsleder for Aften- og nat	2382 6480	brittsi@roskilde.dk

Interne kontaktoplysninger på Plejecenteret

Rengøring	2445 7832	
Vaskeri: Charlotte B. Jensen	2445 4435	charlottejen@roskilde.dk
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



November Huset's fødselsdag
Mandag den 17.11.25 kl. 11.30
I Cafe Sletten.

December Julecafe
Onsdag den 10.12.25
Kl. 14.00-15.30 i Cafe Sletten

Julefrokost
Onsdag den 17.12.25
I kvartererne.

Lucia optog gennem huset

Vi leder efter netop dig som frivillig

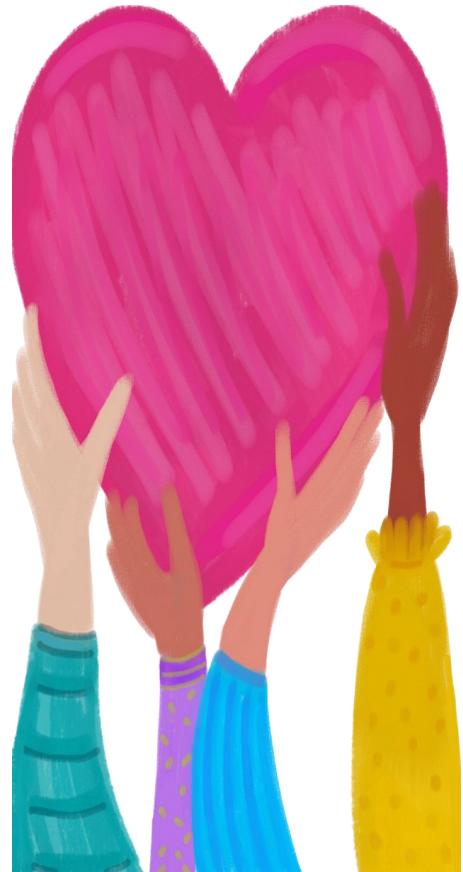
Vil du være frivillig hos os?

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**

**3. Anny J.—Skovkvarteret
9. Tage—Skovkvarteret
11. Charlotte L.—Blomsterhuset
24. Astrid—Skovkvarteret
og
26. Anny—Magnolie kvarteret.**



Borgermøde i skovkvarteret den 16. oktober 2025.

Britt byder velkommen, og fortæller, at hun tager mødet i dag. Først fortæller Britt, at vi får en ny elektrisk bus, hvor der er mulighed for at borgere i kørestole kan komme med på tur. Bussen kommer forhåbentlig inden for en måned.

Så er der valg til Bruger-Pårørende-Rådet, og opfordrer til at hvis man har pårørende der har lyst og tid, så kan de stille op. Der kommer opslag omkring dette. Man har mulighed for at brevstemme på Hyrdehøj. Det vil foregå fredag den 7. november 2025 kl. 12.30-15.00.

Der er planlagt en større tur med bus til København for at se julelysene. Turen er planlagt til den 9/12-25 kl. 15.

Den 17. november 2025 har vi fødselsdag. Og den vil blive fejret på bedste måner i Cafe Sletten med dejlig mad og underholdning.

Månedens større aktiviteter er:

22.10 – Spillemandsmusik og folkedansere i Cafe Sletten.

28.10 – Loge nr. 5, Dr. Margrethe i Café Sletten.

29.10 – Onsdagscafe med Knud-Erik og Ann-Maria.

Britt spurgte ud i lokalet ”Hvordan går det?”. Ingen svarede og Britt spurgte hver enkelte borger om der var noget de ville dele? Generelt havde borgerne ikke noget at bemærke, og generelt var der tilfredshed med at bo her.

Der blev talt om manglende indflydelse på menuen og madvalg. Britt opfordrede til at personalet skriver i ønskebogen med særlige ønsker, så køkkenet bliver opmærksomme og får besked om ris og ros. Køkkenet her på plejecentret også laver mad til flere andre plejecentre i Kommune, så selvom vi gerne ville bestemme hele menuen selv, så kan dette ikke imødekommes, men de er altid meget lydhør og åbne for forslag og ideer til menuerne.

Der er et stort ønske om at personalet husker at fortælle hvad der står på menuen og at der bliver skrevet på whiteboardtavlen der hænger i fælles stuen, hvad dagens menu består af.

Der blev desuden talt om oplevelser omkring det, at det sker at der bliver talt hårdt til hinanden både blandt borgere og personalet. Det kan blive en negativ spiral, hvis man ikke passer på. Det kan komme af at man som beboer føler man ikke får opfyldt sine behov. Det er vigtigt at personalet fortæller, at de måske har lidt ekstra travlt en dag, fx pga. af sygdom for så kan der være en bedre forståelse fra borgerne om, at det kan tage længere tid før ens behov bliver opfyldt. Respekt for hinanden er vigtig, og for arbejdet. Det skal kun få forandringer til, og det er ligeledes vigtigt med tålmodighed for at passe på hinanden.

Britt ønsker alle tak for god ro og orden, og takker for de gode input og overvejelser.

Borgermøde i magnolie kvarteret den 20. oktober 2025.

Vinni byder velkommen til dagens borgermøde, og taler om at vejret er ved at skifte til det koldere. Vinni spørger om alle har det godt, og der bliver svaret ja. Vinni fortæller, at vi får en ny elektrisk bus, hvor der er mulighed for at borgere i kørestole kan komme med på tur, da bussen har en lift Bussen kommer forhåbentlig inden for en måned.

Så er der valg til Bruger-Pårørende-Rådet, og opfordrer til at hvis man har pårørende der har lyst og tid, så kan de stille op. Der kommer opslag omkring dette. I forhold til kommunalvalget har man mulighed for at brevstemme på Hyrdehøj. Det vil foregå fredag den 7. november 2025 kl. 12.30-15.00, men på valgaftenen vil der blive serveret lidt ekstra.

Lørdag den 1. november kommer Domkirkens kor i Cafe Sletten (se aktivitetskalender for november).

Vinni spørger om tilfredshed med maden. Her er der delte meninger. Nogle synes der er for lidt og ensformigt. Personalet adspørges og de fortæller, at der er forskellig mad hver dag. Men borgerene kan altid tage fat i et personale, såfremt de har ønsker eller har noget de vil klage over. Men ellers er maden god og af god kvalitet. Nogle siger fantastisk mad.

Vinni spørger ind til aktiviteterne. Borgerne fortæller, at der er gang i den, og at det er et godt team.

Vinni vil gerne hører hvad fx kreativ cafe går ud på; det er med udgangspunkt i hvad borgerne har lyst til den pågældende dag; ud i det blå er ture ud i naturen og se på bl.a. vilde blomster; musiklytning er klassisk musik, hvor der kommer 5-10 borgere og lytter til musik og bruger stemningshjulet og lytte til Vivaldi, Beethoven, det handler om borgernes ønsker. Der bliver spille banko, og som noget nyt er der kommet kortspil på programmet. Det kan være 31, men nogle ønsker whist, og Vinni foreslår piratwhist. Adspurgt hvad spille- og hjerne-gymnastik drejer sig om, fortæller Ann-Maria at hun har tavleleg/galgeleg med bl.a. citater, sange som skal gættes og efterfølgende synges, og Danmarksquiz. Linda fortæller, at hun spiller brætspil og laver kryds og tværs med borgere nogle gange med 10-15 deltagere.

Der er bl.a. gymnastik, dameklub, onsdagscafe. Der blev fortalt, at der mangler dansemusik og dansang. Vi har tidligere haft besøg af standarddansere, så måske vi kunne finde ud af om det er en mulighed. Vinni spørger om borgerne har været ude og nyde haven og naturen, og adspurgt svarer borgerne ja.

Til foråret er der tale om at man kan lave en sansehave med forskellige blomster, og krydderurter, og der har været tale om at få en skærehave. Vinni fortæller, at hvis der mangler tæpper, kan vi købe disse.

Vinni spørger ind til om tilfredsheden med personalet, svarer alle ”at ja det er de”.

En borger siger, at der er ligger post oppe på disken ved hovedindgangen. Vinni fortæller, at borgernes personlige post kommer i deres egne postkasser, men det der er på disken kan være aviser, 60+ og lignende.

Vinni takker for stort engagement og deltagelse og ønsker alle et godt efterår.

Aftenmenu november

LØR	Coq au vin	Vanilleis
1	Fjerkræ i rødvinssovs med bagte rodfrugter	Med chokoladesovs og vafler
SØN	Hamburreryg	Cheesecake
2	Med grønlangkål, brunede kartofler, gulerødder	Med pære, pistagebund og limegele
MAN	Efterårstærte	Chokoladeparfait
3	Med butternut squash, græskarkerner og salat	
TIR	Bagt sejfilet	Ymerfromage
4	Med bacon, karrysovs og timianbagte gulerødder	Med kirsebærsovs
ONS	Kalvehjerter	Abrikosgrød
5	I flødesovs med kartoffelmos og tyttebær	Med fløde
TOR	Kotelet i fad	Skovbærmousse
6	Med champignon, ærter og ris	Med chokoladecrumble
FRE	Medister	Muldvarpeskud
7	Med stuvet rosenkål, rødbeder og sennep	(Sveskedessert)
LØR	Vildt ragout	Sherryfromage
8	Med kartoffelmos, syltede brombær og drueagurker	Med chokolade og nødder
SØN	Revelsben	Pære i portvin
9	Med stegte kartofler, skysovs og coleslaw af rodfrugter	Hjemmesyltet pære med råcreme
MAN	Mortens aften	Gammeldags æblekage
10	Med and, rødkål, brunede kartofler og skysovs	Med flødeskum og ribsgele
TIR	Brændende kærlighed	Solbær/ribsgrød
11	Med rødbeder	Med fløde
ONS	Fiskelasagne	Vafler
12	Med råkost	Med brombærsyltetøj og flødeskum
TOR	Kyllingefarsbrød	Øllebrød
13	Med løgsovs, kartofler og gulerødder	Med flødeskum
FRE	Tikka Masala	Fersken
14	Med knoldselleri og krydderier	Med makronflødeskum
LØR	Skinkeschnitzel	Is
15	Med skysovs, brasede kartofler og fine ærter	Med krokant
SØN	Mørbradgryde	Nougatfromage
16	Med cocktailpølser, bacon, kartoffelmos og surt	Med flødeskum
MAN	Fiskefrikadeller	Solbærsuppe
17	Med hollandaise, citron og råkost	Med tvebakker
TIR	Valgflæsk	Fløderand
18	Stegt flæsk persillesovs og rødbeder	Med jordbærsovs

ONS	Kylling i curry	Chokoladebudding
19	Med løse ris og fine ærter	Med flødeskum
TOR	Grøntsagsfrikadelle	Rødgrød
20	Med stegte kartofler og rødbedesalat	Med fløde
FRE	Brunkål	Hvid chokolademousse
21	Med kogt bacon, rugbrød og sennep	Med pynt
LØR	Enebærgryde	Hindbærdessert
22	Med skært svinekød, gulerødder og kartoffelmos	Med flødeskum
SØN	Oksesteg	Citronfromage
23	Glaseret perleløg, tyttebærskum og franske kartofler	Med flødeskum og chokoladepynt
MAN	Frikadeller	Kirsebærgrød
24	Med stuvet ærter og gulerødder, samt surt	Med fløde
TIR	Grønkålssuppe	Pandekage
25	Med flæsk, pølse og sennep	Med is og jordbærsyltetøj
ONS	Svampestroganoff	Æblekage med crumble
26	Med grov kartoffelmos og surt	Dertil flødeskum
TOR	Kogt torsk	Svesketrifli
27	Med sennepssovs, æg, rødbeder og bacon i tern	Med flødeskum
FRE	Forloren hare	Alliancegrød
28	Med skysovs, drueagurk og tyttebær	Med fløde
LØR	Stegt kylling	Pistaciefromage
29	Med champignonsovs og bagte bønner med bacon	Med hakkede pistacienødder og pynt
SØN	Flæskesteg	Ris a la mande
30	Med skysovs og hjemmekogt rødkål	Med kirsebærsovs

Spørgsmål omkring allergener kontakt køkkenet



Gudstjeneste



Kære alle

**I denne måned afholdes Gudstjenesten
fredag den 14. november 2025 kl. 13.00
i Café Sletten.**



Sognepræst Torben Jeppesen



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

Æret være deres minde!

***Ulla Marie Svendsen—Skovkvarteret
Kirsten Oscarsdatter Nielsen—Magnolie
kvarteret***

***Tove Birk Petersen—Skovkvarteret
Søren Christian Jakobsen—Blomsterhuset***

***Anker Sørensen—Skovkvarteret
Jørgen Saabye—Magnoliekvarteret
Kurt Henriksen—Magnoliekvarteret***



AKTIVITETER I OKTOBER MÅNED

Koncert på Plejecenter Hyrdehøj 8/10 2025

med 3i fra Roskilde Katedralskole

	<i>Vi maler byen rød</i> Birthe Kjær 1989 Musik og tekst: Søren Bundgaard / Keld Heick
<i>Sway</i> Dean Martin 1954 Musik og tekst: Luis Demetrio / Norman Gimbel	
	<i>Oye Como Va</i> Santana 1971 Musik og tekst: Tito Puente
<i>Morgensol</i> Lis Sørensen 1989 Musik og tekst: Lars Muhl / Jens Folmer Jepsen	
	<i>Knocks Me Off My Feet</i> Stevie Wonder 1976
<i>Starman</i> David Bowie 1972	



Til vores onsdagscafe
var der fint besøg af
Katedralskolens 3i.
Der var sang og mu-
sik, og enkelte borge-
re var på dansegulvet.



De havde lavet et fint
og alsidigt program.



AKTIVITETER I OKTOBER MÅNED



Onsdagscafe med Knud-Erik og Ann-Maria.

Musik og sang for fulde gardiner og ikke mindst folk på dansegulvet.



AKTIVITETER I OKTOBER MÅNED

Onsdagscafe med Einar og band.

Der blev sunget og danset til mange skønne numre.



AKTIVITETER I OKTOBER MÅNED

Vi har gået ture i det skønneste efterårsvejr i Boserup skov.



Vi har lavet smukke puslespil med dyb koncentration og stor glæde.

AKTIVITETER I OKTOBER MÅNED

Vi har gået tur på Musicon.



- - og haft besøg af Lirum Larum med flotte dragter og god musik.



AKTIVITETER I OKTOBER MÅNED

En meget veloplagt loge nr 5 kom for at synge for og med os. Tak!



To gange om ugen mødes vi for at lave vedligeholdende motion og lytte til god musik samtidigt med, at vi har det sjovt.



AKTIVITETSKALENDER

Lørdag den 1/11	Kl 14.00 Fællessang med domkirkens kor i Cafe Sletten/
Søndag den 2.	
Mandag den 3. Uge 45	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 4.	Kl. 10.00-11.30 – Bustur for Skov- og Magnoliekvarteret med Ann-Maria & Linda. Kun for inviterede. Kl 14.00-15.45 Kreativ café i Skovkvarteret med Linda.
Onsdag den 5.	Kl 10.00-10.45 – Motion for gående og rollatorbrugere i Cafe Sletten med Linda. Kl. 14.00-15.30 – Onsdagscafe i Cafe Sletten med Beinir. Kl. 14.00-14.15 – Kaffe og kage. Kl. 14.15-15.30 – Hygge og fællessang.
Torsdag den 6.	Kl. 10.30 – Musik med Ann-Maria. Kun for Blomsterhuset. Kl. 14 – Lars Emil synger højskolesange i de 3 kvarterer. Kl. 14.10 – Skovkvarteret. Kl. 14.50 – Magnolie kvarteret. Kl. 15.25 – Blomsterhuset.
Fredag den 7.	Brunch Kl. 11.30-12.30 - Ann-Maria giver et par numre på guitaren i henholdsvis Magnolie- og Skovkvarteret.
Lørdag den 8.	
Søndag den 9.	

AKTIVITETSKALENDER

Man- dag den 10. Uge 46	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. Kl. 14.00-15.00 – Fællessang i Sletten: Fokus på opvarmning af krop og stemme, med Ann-Maria
Tirs- dag den 11.	Kl. 10.00-11.30 – Bustur (med lift) for Skov- og Magnoliekvarteret med Ann-Maria & Linda. Kun for inviterede. Kl 14.00-15.45 Kreativ café i Magnoliekvarteret med Linda. Kl. 14.00-15.30 Ture ud i det blå, med Ann-Maria
Ons- dag den 12.	Kl 10.00-10.45 – Motion for gående og rollatorbrugere i Cafe Sletten med Linda. Kl. 10.00-11.00 - Active floor i Magnolie med Ann-Maria Kl. 14.00-15.30 – Onsdagscafe i Cafe Sletten med Einar. Kl. 14.00-14.15 – Kaffe og kage. Kl. 14.15-15.30 – Hygge og fællessang.
Tors- dag den 13.	Kl 10.00-11.30 Aktivitet i Magnoliekvarteret med Linda. Kl. 10.30 – Musik med Ann-Maria. Kun for Blomsterhuset. Kl 14.00-15.45 Aktivitet i Skovkvarteret med Linda. Kl 14.00 – Lyttegruppe - klassisk musik med Ann-Maria i ”Kilden”.
Fredag den 14.	Kl. 10.00-10.30 Børnehuset Hyrdehøjs vuggestue besøger os og vi synger med børnene i Café Sletten. Ann-Maria og Linda Kl. 13.00 - Gudstjeneste i Cafe Sletten.
Lørdag den 15.	
Søndag den 16.	

AKTIVITETSKALENDER

Mandag den 17. Uge 47	 Plejecentrets fødselsdag! Kl 11.00 Musik med Ann-Maria i Blomsterhuset. Kl 12.00 serveres en dejlig frokost med det hele i Cafe Sletten. Kl 13.00 Underholdning med Martin i Café Sletten. Kl 15.00 Serveres kaffe, te og lagkage i kvartererne.
Tirsdag den 18.	Kl. 10.00-11.30 Bustur for Skov- og Magnoliekvarteret med Ann-Maria & Linda. Kun for inviterede. Kl 14.00 Valg hygge i kvartererne Kl. 14.00-15.45 Kreativ café i Skovkvarteret med Linda.
Onsdag den 19.	Kl 10.00-10.45 – Motion for gående og rollatorbrugere i Cafe Sletten med Linda. Kl. 10.00-11.00 - Active floor i Skovkvarteret med Ann-Maria Kl. 14.00-15.15 – Onsdagscafe i Cafe Sletten med Ann-Maria og Knud-Erik Kl. 14.00-14.15 – Kaffe og kage. Kl. 14.15-15.15 – Hygge og fællessang.
Torsdag den 20.	Kl 10.00-11.30 Aktivitet i Magnoliekvarteret med Linda. Kl. 10.30 – Musik med Ann-Maria. Kun for Blomsterhuset. Kl 14.00-15.45 Aktivitet i Skovkvarteret med Linda. Kl 14.00 – Lyttegruppe - klassisk musik med Ann-Maria i ”Kilden”.
Fredag den 21.	Kl. 10.00-11.00 Banko i Cafe Sletten med Linda.
Lørdag den 22.	
Søndag den 23.	

AKTIVITETSKALENDER

Mandag den 24. Uge 48	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. Kl. 14.00-15.00 – Fællessang i Sletten: Fokus på opvarmning af krop og stemme, med Ann-Maria
Tirsdag den 25.	Kl. 10.00-11.30 – Bustur for Skov- og Magnoliekvarteret med Ann-Maria & Linda. Kun for inviterede. Kl 14.00-15.45 Kreativ café i Magnoliekvarteret med Linda. Kl. 14.00-15.30 Ture ud i det blå, med Ann-Maria
Onsdag den 26.	Kl 10.00-10.45 – Motion for gående og rollatorbrugere i Cafe Sletten med Linda. Kl. 10.00-11.00 Active floor i Magnoliekvarteret med Ann-Maria Kl. 14.00-15.30 – Onsdagscafe i Cafe Sletten med Ann-Maria og Knud-Erik. Kl. 14.00-14.15 – Kaffe og kage. Kl. 14.15-15.30 – Hygge og fællessang.
Torsdag den 27.	Kl 10.00-11.30 Aktivitet i Magnoliekvarteret med Linda. Kl. 10.30 – Musik med Ann-Maria. Kun for Blomsterhuset. Kl 14.00-15.45 Aktivitet i Skovkvarteret med Linda. Kl 14.00 – Lyttegruppe - klassisk musik med Ann-Maria i ”Kilden”.
Fredag den 28.	Kl 9.30 - Bustur med madpakker til Gundsø Omsorgscenter, hvor vi skal se Teater Vs forestilling ”Julen har bagt”. Turen er for inviterede. Ann-Maria og Linda
Lørdag den 29.	
Søndag den 30.	

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

Kreativ café, hvor vi arbejder med alle mulige kreative sysler; håndarbejde, perler, tegne, male, havearbejde m.m.

I Magnoliekvarteret i lige uger & Skovkvarteret i ulige uger.

Alle er meget velkomne!

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.



På gensyn

Linda

Kom og vær med!

Mandag d. 10/11 og 24/11 kl. 14.00-15.00

Fællessang med fokus på opvarmning af krop og stemme i Café Sletten

Tirsdage i lige uger kl. 14.00-15.30

”Ture ud i det blå”. Dette kan være gåture eller rickshaw-ture.

12. 19. og 26 november kl. 10.00-11.00: Active floor.

Active floor er en form for computer der projicerer billeder ned på et bord/et gulv, som man kan interagere med. Det kan være ordspil, memory, skak, geografispil og meget mere. Active floor finder sted i:

Skovkvarteret d. 12/11 og 26/11 kl. 10.00-11.00 og Magnoliekvarteret d. 19/11 kl. 10.00-11.00

Onsdagscafé i Café Sletten d. 19/11 og 26/11 med Ann-Maria og Knud-Erik

Kl. 14.00: Kaffe og kage serveres.

Kl. 14.15-15.15: Fællessang og undervejs musikquiz i Cafe Sletten.

For andre onsdagscafeer, se aktivitetskalenderen.

Torsdage i november kl 14.00-14.45

Lyttegruppe, klassisk musik i mødelokale ”Kilden”

På gensyn

Ann-Maria



Hyrdehøjs frivillige



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

Fraværende: Poul og Irene.

Velkommen til: Winnie og Hanna.

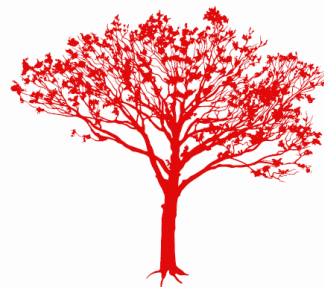
Hvis I støder ind i disse skønne mennesker i kvartetterne og i Cafe Sletten, så møder I vores frivillige, som gør et stort arbejde.

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



									Svensk hjort	
By i Litauen	↓	Stryger	Bjergkæde	Nord	Spansk ven	Krydderi fra Det Døde Hav	Vås	Fortærer	...? Gogh	
							27/3			
Lolland-Falster				Ugedag Ørken						
Sydamerikansk land										Jyllands spids
Spanien		Placeret Bukse-del					3 før U Da Vinci		Først i Grønland Land	
Holland			Julemands-udtryk .. Havre			Meter Side-mækker		Smykke Enhed		
'Hej' på spansk					Snylte					
Nordisk folk					Tagter- rasse Ho Chi Minh					
Fodbold-event i Mexico 1986			Westminster Før X						2. vokal	
Største by i USA				→					Nord	

Navn: _____ Bolignummer: _____

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 24/11-25 kl. 12.00.

Svar på kryds og tværs

Vinder af månedens opgave

Og vinderen er:

Jørgen Greve bolig nr 55

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



Præmie:
En æske chokolade