



HYRDEHØJ PRESSEN



Juli 2023



Boserup Skov

Lederen —side 3-4

Tur til Zen Garden—side 14

Tøjstativet—side 15

Tilbud fra Biblioteket—side 37

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
Tur til Zen Garden og Besøg af Tøjstativet.....	14-15
Aktiviteter i juni måned	16
Pårørende tilbud	17
Gudstjeneste.....	18
Blomsterhuset	19
Vi cyklede til Paris.....	20
Meld jer!.....	21
Fødselsdage	22
Gratis ledsageordning	23
Afsked.....	24
Aftenmenu for juli måned.....	25-26
Aktivitetskalender	27-28
Frivillige.....	29
Hyrdehøjs Frivillige.....	30-31
Vågetjenesten.....	32
Månedens opgave og månedens vinder	33-34
Borgermøde i Blomsterhuset.....	35-36
Tilbud fra Biblioteket.....	37
Oplysning til borgere og pårørende/Banko og busture.....	38-39

Kære Alle



Så kommer agurketiden over os, og alting går lidt langsommere og lidt mere gelinde.


Der er mange, der har ferie de næste uger, og derfor er både veje og butikker lidt mere affolket end normalt.

Jeg tænker at overgive mig fuldstændigt til den dejlige natur og forhåbentlig et fantastisk sommervejr. Det, at kunne slappe helt af, er ikke alle forundt, men jeg tror, det er sundt og nødvendigt.

Jeg tænker tit på min barndom, hvor vi havde 7 ugers sommerferie, og når de startede, føltes det, som om man havde fri i en uendelighed. Jeg kan huske, at jeg og mine legekammerater stod på engen med fodbolden klar og syntes, at 7 uger var en evighed.

Vi var dengang i nuet og nød det enkelte sekund, minut, time og dage.

Jo ældre jeg blev, jo mere blev tiden en, om ikke en stressfaktor, så dog en meget vigtig faktor, der som tiden gik, styrede mere og mere af mit liv.



I dag har jeg indtryk af, at hos selv de helt unge fylder tiden rigtig meget. Den uendelighed, jeg følte, da jeg var barn, tror jeg ikke, er de unge forundt i dag.

Vi kan selvfølgelig ikke leve uden en tidsfaktor i vores moderne liv, men måske kan vi give den lidt mindre opmærksomhed og dermed slippe lidt af kontrollen og bare være i nuet, nyde nuet og det, at bare være. En klog mand sagde engang, at vi får den virkelighed, vi selv skaber og fortjener. Der er et digt på engelsk, jeg har forsøgt at oversætte her, digter ukendt:

En dag på et tidspunkt, er det her nok.

Tænk ikke på fortiden, for den er forbi.
Bekymre dig ikke om fremtiden, den er her ikke endnu.
Lev i nuet og gør det så smukt, at det er værd at mindes.
Det vil jeg bruge min sommerferie til.

God juli til jer alle.

Centerleder
Vinni Rasmussen

Velkommen til nye beboere



VELKOMMEN!

Lonnie Christina Jensen—bolig 8
Bodil Marie Christiansen—bolig 71
Jørn Bent Nielsen—bolig 20

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 på­rø­ren­de
Kirsten Alvang	Bestyrelses- medlem	Blomsterhuset på­rø­ren­de
Tordis Sværke	Bestyrelses- medlem	Interesseret borger
Repræsentant fra Ældrerådet		
Judith Fjelstrup	20 65 26 15	judith.fjelstrup@webspeed.dk

Grønlund Kwartetten den 16/6-23



Tak for en hyggelig fredag eftermiddag i Cafe Sletten

Fredag d. 16. juni spillede Grønlund Kwartetten i Cafe Sletten. Mange beboere og pårørende var mødt op og det blev en rigtig god eftermiddag med dejlige sange, fællessang og for nogle endda en dans. Tak til frivillige og personale for jeres store opbakning til arrangementet.

Mange hilsner
Elin Jørgensen
Bruger- og Pårørende-Rådet





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.



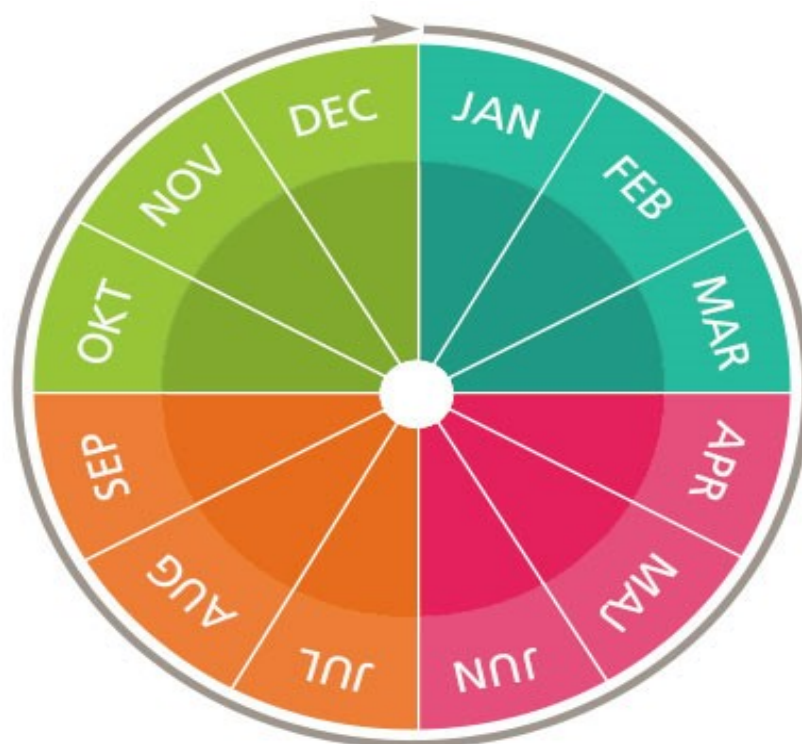
Bestilling af mad til pårørende:

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



- Juli** **6. kl. 10-12**
Tøjstativet—salg af tøj i Cafe Sletten.
- September** **12. kl. 10.30-15.30**
Tur til Zen Garden
- 14. kl. 10.30-11.30**
Open Air cirkus på Hyrdehøj.
- December** **Julefrokost**

Tur til Zen Garden

Kære alle.

Hyrdehøj Plejecenter planlægger i samarbejde med Marianne fra Danske Seniorer - Kreds Østsjælland en tur til: Zen Garden, Vedde Byvej 49, 4295 Stenlille.

Zen-garden er et paradis med vandfald, grotter, koi damme, store volierer med ara papegøjer og inca kakaduer, smukke stensætninger og et væld af planter, træer og blomster. Zen-garden er en privat have der er bygget op af Jørgen gennem 35 år. Haverne passer Jørgen og hans datter Mette selv. Det er også dem der tager imod havens gæster.

Vi tager afsted

Tirsdag den 12. september 2023 kl. 10.30-15.30.

For at planlægge, dels hvor mange siddepladser og mad og drikke, der skal bestilles og hvor mange mennesker vi i alt bliver, til at håndtere kørestole osv. har vi brug for en tilbagemelding om deltagelse, senest den 5. juli 2023, men gerne før.

Tilmeldingen er bindende og sker ved besvarelse af denne mail.



I juli til september blomstrer georginerne, ca. 2000 fordelt på 250 arter.

Kom og vær med til at gøre dagen hyggelig og få en på opleveren.

BESØG AF TØJSTATIVET



DEN 6/7-23 FRA 10.00-12.00

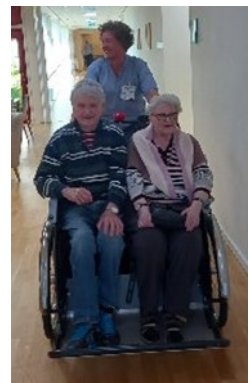
GLÆDER JEG MIG TIL AT KOMME MED HERRE OG DAMETØJ TIL JER.

GOD KVALITET OG RIGTIG GODE PRISER, SÅ ALLE KAN VÆRE MED.

DER KAN BETALES MED VISA DANKORT, OVERFØRSEL, KONTANT ELLER MOBILPAY

HÅBER AT SE JER!!!

Aktivitet i juni måned



PÅRØRENDE TILBUD

Kære pårørende.

Roskilde kommune har flere tilbud, der henvender sig til pårørende.

Nedenfor har vi samlet nogle af de tilbud, som kan være relevante for en, som er pårørende til et menneske, der bor på plejehjem.

Tilbuddene er til borgere bosat i Roskilde Kommune.

Hvis du er i tvivl, om omstående er et tilbud for dig, har du mulighed for at kontakte Roskilde kommunes pårørendekonsulenter på tlf: 46 31 77 02, som kan guide og vejlede dig.

Hvem er pårørende?

En pårørende dækker over mange ting. Det kan være en ægtefælle eller samlever, voksne børn, en nabo, god ven eller kollega.

Det, der er vigtigt er, at I har en tæt relation.

Lær at tackle—hverdagen som pårørende

Er et kursus til dig over 18 år, som er tæt på et menneske med langvarig sygdom, uanset hvad den syge fejler. På kurset arbejder vi med de udfordringer, som ofte følger med at være pårørende, så du bliver bedre til at passe på dig selv.

For tilmelding kontakt pårørendekonsulenterne på tlf: 46 31 77 02 eller send en mail til sundhedforalle@roskilde.dk—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 14. juli 2023 Kl. 13.00.

Gudstjenesten vil blive afholdt i
Cafe Sletten.



Præst Torben Jeppesen

Blomsterhuset



I juni har Blomsterhuset sagt farvel til Anne, som efter mange års ansættelse i Roskilde Kommune har valgt at gå på pension. Vi kommer til at savne Anne rigtig meget i Blomsterhuset, men heldigvis har hun sagt ja til at fortsætte som tilkaldevikar til efteråret.



Til sidst lidt billeder fra Blomsterhuset, men også et farvel til en af vores kære beboere.



Jørgen Oskar Persson

11-10-1939 - 15-6-2023

Æret være Jørgens minde!

Vi cyklede til Paris



Efter en uge med cykling, cykling og atter cykling var vi spændte på hvor langt vi havde cyklet i forhold til vores konkurrenter.

En stor tak til Life Club for udlån af 2 stk. cykler.



Vi fik igen i år en flot 2. plads med 975 km.

Så næste år giver vi den ekstra gas og håber på jeres hjælp til at køre sejren i mål.



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

- 1. Knud-Erik (Skovkvt.)**
- 4. Charlotte R. (Blomsterhuset)**
- 6. Jørn Bent (Magnolie kv.)**
- 8. Mads (Blomsterhuset)**
- 8. Birthe Maas (Magnolie kv.)**
- 13. Benny (Blomsterhuset)**
- 14. Birthe L. (Skovkvt.)**
- 15. Elly (Skovkvt.)**
- 16. Flemming (Skovkvt.)**
- og**
- 29. Tage (Magnolie kv.)**

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!

***Sonja de Haas
Jytte Kirstine Jensen
Jørgen Oskar Persson
Karen Margrethe Faber
Connie Øzer
Hans Grand
Inge Irene Christoffersen***



Aftenmenu juli

LØR	Ribbensteg	Maskeret blomkål
1	Med stegte kartofler, persillesmør og grøn salat	Med rejer og dilledressing
SØN	Stegt kylling	Italiensk is
2	Med skysovs, rabarberkompot og agurkesalat	Med cocktailbær og chokolade
MAN	Boller i karry	Jordbær
3	Med løse ris og dampede ærter	Med fløde
TIR	Kartoffelgratin	Nougatfromage
4	Med spinat, ost og sennepsmarineret gulerodsråkost	pyntet med flødeskum og chokolade
ONS	Forloren hare	Alliancegrød
5	Med skysovs, ribsgele og agurkesalat	Med fløde
TOR	Stegt rødspætte	Bondepige
6	Med persillesovs, citron og rysteribs	Med slør (æbledessert)
FRE	Frikadeller	Jordbær
7	Med kold kartoffelsalat, purløg, tomat og agurk	Med fløde
LØR	Kalkunschnitzel	Tartelet
8	Med champignonsovs, grøn salat, citron/fløde dressing	Med skinke, ærter og gulerødder
SØN	Sprængt kam	Marineret Jordbær
9	Med aspargessovs og nye grøntsager	I appelsin, dertil vanilleis
MAN	Medister	Koldskål
10	Med stuvet ærter og gulerødder	Med kammerjunkere
TIR	Stjerneskud	Stikkelsbærgrød
11	Med stegt og dampet fisk, rejer, citron og pynt	Med fløde
ONS	Herregårdsbøf	Frisk frugtsalat
12	Med bearnaise, brasede kartofler og fine ærter	Med råcreme
TOR	Svampefrikadeller	Romfromage
13	Med stuvet sommerkål og rødbeder	Med syltede brombær
FRE	Æggekage	Jordbærtrifli
14	Med bacon, purløg, tomat og rugbrød	Pyntet med flødeskum
LØR	Sommergryde	Laksemousse
15	Med svinekød, gulerødder, blomkål og fine ærter	Med rejer, salat og dressing
SØN	Nakkesteg	Hvid chokolademousse
16	Med bacon, rysteribs og broccoli	Med sommerbær og hakket chokolac
MAN	Fisk i fad	Pandekager
17	Med æble, hvidvinssovs, citron og ærter	Med jordbærsyltetøj
TIR	Kalvehjerter	Rabarbergrød
18	I flødesovs med ribsgele og agurkesalat	Med fløde
ONS	Sommertærte	Panna cotta
19	Med asparges, porre, kartoffel med grøn salat	Med hjemmelavet rabarbersirup

Aftenmenu juli

TOR	Svensk pølseret	Fersken
20	Med frisk klippet purløg	Med makronflødeskum
FRE	Kyllingefrikadeller	Frugtsuppe
21	Med tzaziki, stegte kartofler og tomat Salat	Med sommerbær og tvebakke
LØR	Kalvefrikassé	Hønsesalat
22	Med nye grøntsager og persilledrys	På bund af ananas med flutes
SØN	Flæskesteg	Appelsinfromage
23	Med skysovs, blomkål og agurkesalat	Flødeskum og hakket chokolade
MAN	Krebnet	Vafler
24	Med sommergrønt i peberrodssovs og surt	Med syltetøj og flødeskum
TIR	Baconrulle	Jordbærgrød
25	Med skysovs, æblechutney og gulerødder	Med fløde
ONS	Røget makrel	Fløderand
26	Med kartoffelsalat, agurk, tomat og purløg	Med kirsebærsovs
TOR	Stegt flæsk	Hindbærdessert
27	Med persillesovs og agurkesalat	Med flødeskum
FRE	Lasagne	Rombudding
28	Med kantareller dertil salat	Med bærsovs
LØR	Grillet frankfurter	Aspargessuppe
29	Med kold kartoffelsalat, agurk, tomat og purløg	Med kødboller
SØN	Revelsben	Muldvarpeskud
30	Med skysovs, rabarberkompot og agurkesalat	(Sveskedessert)
MAN	Kødboller	Vanilleis
31	Med hvidvinssovs, spidskålssalat med gulerødder	Med chokoladesovs og vafler

Spørgsmål omkring allergener kontakt køkkenet



Aktivitetskalender

Dato	
Lørdag den 1.	
Søndag den 2.	
Mandag den 3.	-
Tirsdag den 4.	Kl. 10.00-10.45 – Stolegymnastik med Sanne i Cafe Sletten. Kl. 14.15-16.00 – Biograf i de respektive afdelinger. Personalet sætter film på.
Onsdag den 5.	Ingen onsdagscafe.
Torsdag den 6.	Kl. 10-12 - Tøjsalg "Tøjstativet" i Cafe Sletten. Ingen bustur.
Fredag den 7.	Ingen brunch.
Lørdag den 8.	
Søndag den 9.	
Mandag den 10.	-
Tirsdag den 11.	Kl. 14.15-16.00 – Biograf i de respektive afdelinger. Personalet sætter film på.
Onsdag den 12.	Ingen onsdagscafe.
Torsdag den 13.	Ingen bustur.
Fredag den 14.	Kl. 13.00-13.30 – Gudstjeneste i Cafe Sletten.
Lørdag den 15.	
Søndag den 16.	
Mandag den 17.	Kl. 10.15-11.30 – Musik & hygge – leg med instrumenter med Morten i Cafe Sletten. Cykel- og gåture med Morten.
Tirsdag den 18.	Cykel- og gåture med Morten. Kl. 14.15-16.00 – Biograf i de respektive afdelinger. Morten sætter film på.
Onsdag den 19.	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 20.	Cykel- og gåture med Morten. Kl. 13.00-14.00 – Bustur med Morten og personale i Skovkvarteret.
Fredag den 21.	Kl. 10.30-11.30 – Herreklub med Morten i Kilden.
Lørdag den 22.	
Søndag den 23.	

Aktivitetskalender

Mandag den 24.	Kl. 10.15-11.30 – Musik & hygge – leg med instrumenter med Morten i Cafe Sletten. Cykel- og gåture med Morten.
Tirsdag den 25.	Cykel- og gåture med Morten. Kl. 14.15-16.00 – Biograf i de respektive afdelinger. Morten sætter film på.
Onsdag den 26.	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 27.	Cykel- og gåture med Morten. Kl. 13.00-14.00 – Bustur med Morten og personale i Magnolie kvarteret.
Fredag den 28.	Kl. 10.15-11.30 – Musik & hygge – leg med instrumenter med Morten i Cafe Sletten.
Lørdag den 29.	
Søndag den 30.	
Mandag den 31.	Kl. 13.00-14.00 – Banko i Cafe Sletten.

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.

Hyrdehøjs frivillige



**Fra venstre:
Brita, Makbule, Gert (også medlem af BPR) og
Poul.**

Fraværende: Bente Juul, Bente Palmkvist.

Velkommen til vores nye medlemmer: Karen Margrethe Rindom, og Jette, som 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

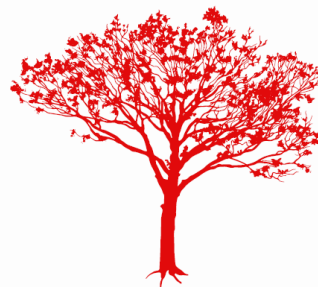
lise@hogstad.dk eller ring på 4292 0592,

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



Kryds og Tværs

23	SØ-MANDEN	STAKKELS	505	ILT			BRODERE	UNGE	DANSK FILM	ORDRE	TRÆET	ENG. TITEL
RØG						DREJES REGNE			551 STIGE TIL VEJRS			
AN-LÆG				FOR- NAVN PROFE- TER						MISTER FRISKT		
TRADE-MARK			TRÆG JUNIOR		KORT Ø		LILLE ENG. TILSAGN					UBE- HØVLET
SKAL-DYR												
NUL		DANSK MUSIKER KØLE						RED- SKAB KLUB				
FILTER			FRED MEDIE			AFDE- LING FILM					DYR	
BAL-TERE							DYR ILT					
KNEB				MATE- RIALE								

Navn: _____ Bolignummer: _____

Løsning inkl. navn og bolignummer afleveres til Helen Ghauri senest fredag den 31 juli kl. 12.00 eller giv den til et personale.

Vinderne af månedens opgave offentliggøres i næste måneds husavis.

Svar på kryds og tværs

Vinder af månedens opgave

Der er ikke været nogle indsendte besvarelse denne måned.

Husk at sende din kryds og tværs besvarelse til mig



**Præmie:
En æske chokolade**

Borgermøde den 12/6-23 i Blomsterhuset

Vinni byder velkommen og siger tak for at få lov til at komme. Vinni giver udtryk for, at hun gerne vil komme 1 x månedligt fremadrettet.

Vinni byder velkommen til den nyeste borger.

En borger fortæller om sin uge med forskellige aktiviteter, bl.a. biografbesøg og været ude og høre musik, hvor forholdene ikke var særlig handicap-venlige bl.a. pga. parkeringsforholdene.

Vinni spørger ind til aktiviteter i huset den seneste måned. I forrige uge gik turen til stranden, hvor enkelte hoppede i vandet.

I sidste uge gik turen hjem til Laila for at se hendes høns og kyllinger, og i denne uge går turen hjem til Anders for at se hans katte.

Vinni opfordrer alle til at bruge terrassen, og at man husker at bruge rigeligt med solcreme, så man ikke bliver skoldet. Der bliver desuden spurgt ind til, hvem der passer drivhuset og om tomatplanterne bliver vandet dagligt, men ingen svarer rigtigt.

Er der en fast aktivitetsplan og er der interesse for dette? Lige nu bliver der spillet ludo. Og karaoke-anlægget bliver brugt en gang i mellem. Men hvad med gåture i naturen, og cykelture med rickshaw cyklerne. Der er ikke den store interesse for det. Hvad så med spil på terrassen? Der er stangtennis. Er der interesse for petanque og kongespil? Petanque vil måske have interesse.

Kom gerne med ideer til næste gang.

Borgermøde den 12/6-23 i Blomsterhuset

Generelt er der tilfredshed med maden, men en borger klager, fx har flæsken været for tørt.

Vinni spørger ind til tilfredsheden med personalet, og der bliver sagt både og. Det blev uddybet med, at man knytter sig til enkelte personer, og får et særligt forhold, og hvor kemien passer. ”Man kan heller ikke elske alle”.

Møbler rykkes rundt, så den anden stue også kan tages i brug.

Vinni konstaterer, at alt i alt lyder det til, at alle har det godt. Der bliver aftalt, at der næste gang har været afprøvet en nogenlunde fast ugentlig aktivitet.

Vinni ønsker alle en dejlig dag og takker for fremmødet.

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.

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).

