Hyrdehøj Husavis

November 2026



Salus koret synger for beboerne i Café Sletten

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

Indholdsfortegnelse

Lederen..... 3-4

Beboerne fortæller 5

Fakta boks..... 6

Beboer nyt..... 7-8

BPR..... 9-10

Valg til nyt Bruger- Pårørende Råd 11-14

Interne kontaktoplysninger.....15

Eksterne kontaktoplysninger..... 16

Praktisk information.....17-18

Tilmelding til julen 19-20

Årshjulet for større begivenheder..... 21

Aftenmenu i november..... 22-23

Gudstjeneste..... 24

Afsked..... 25

Aktiviteter i oktober..... 26-28

Erindringssaloner 29

Kom og vær med!..... 30-31

Aktivitetskalender..... 32-35

Frivillige og BPR..... 36

Frivillige ønskes 37

Vågetjenesten..... 38

Månedens krydsord og vinder 39-40

Lederen

Kære beboere, pårørende, medarbejdere og venner af Hyrdehøj.

Et stærkt læringsmiljø skaber fremtidens pleje

På Hyrdehøj Plejecenter er vi både glade og stolte over at have modtaget ZBC's pris som Årets Innovative Læreplads. Vi blev udvalgt blandt 96 lokale kandidater, og nu er vi desuden én af tre arbejdspladser, der er indstillet til den landsdækkende pris.



Det betyder noget særligt, at indstillingen kommer fra en af vores social- og sundhedsassistentelever. Under sin praktik fik eleven en idé til, hvordan vi kunne forbedre en konkret indsats for borgerne. Med opbakning fra kolleger og ledelse fik eleven mulighed for at afprøve og videreudvikle sin metode, som bidrager til at forebygge tryksår og smerter. Det er et stærkt eksempel på, hvordan elevernes nysgerrighed og faglige blik kan skabe reel værdi for borgerne.

På Hyrdehøj har vi SSH- og SSA-elever, sygeplejestuderende, borgere i sprogpraktik, unge i mesterlære samt unge, der har brug for ekstra støtte for at gennemføre en uddannelse. Vi ansætter også ufaglærte på uddannelseskontrakt. Efter to års relevant erfaring får de mulighed for at gå til de ordinære prøver på SSH-uddannelsen og dermed opnå en faglig uddannelse.

Det kræver noget af hele arbejdspladsen at skabe et godt læringsmiljø. Det kræver tid, faglighed, tydelig vejledning og medarbejdere, der har lyst til at dele deres viden. Det kræver også en kultur, hvor det er trygt at stille spørgsmål, komme med idéer og lære af både det, der lykkes, og det, der er svært. Samtidig er det vigtigt, at omgivelserne – uddannelsesinstitutioner, kommune og øvrige samarbejdspartnere – understøtter opgaven.

Vi arbejder målrettet på at være et attraktivt og inkluderende uddannelsessted. Det gør vi ikke alene for elevernes og de studerendes skyld, men også fordi det er her, vi møder og udvikler mange af vores fremtidige faglærte medarbejdere.

Fremtidens pleje kræver dygtige, engagerede og innovative medarbejdere. Derfor skal vi hele tiden styrke vores læringsmiljø og give plads til nye perspektiver. Når elever og studerende får mulighed for at omsætte deres idéer til bedre praksis, udvikler vi både dem, vores medarbejdere og kvaliteten i plejen.

Vi ønsker vores dygtige elev alt det bedste i fremtiden – og vi er stolte af, at elevens initiativ har været med til at sætte Hyrdehøj Plejecenter på landkortet som en innovativ læreplads.

Vinni Lau Rasmussen, Centerleder

Beboerne fortæller

I Magnoliekvarteret begynder samtalen med, at beboerne taler med Emily, der er 15 år og er i Juniormesterlære som aktivitetsmedarbejder. Emily er hos os tirsdage og torsdage og går i skole 3 dage om ugen. Emily vil gerne arbejde med ældre mennesker, når hun bliver voksen og derfor er hun på plejecentret. Vi er allerede meget glade for, at Emily er hos os.

Beboerne taler videre om, at Hyrdehøj er uddannelsessted for social- og sundhedshjælpere SSH, social- og sundhedsassistenter SSA og sygeplejersker. Vi har også været heldige at have fysioterapistuderende, der har lavet forløb hos os.

Der kommer løbende elever i huset og det oplever beboerne er godt fordi, eleverne stiller spørgsmål og kommer med ny viden. Det er en af grundene til, at det aldrig er kedeligt at bo på Hyrdehøj – det kan dog være svært at huske navnene på alle eleverne.

Samtalen fortsætter om, hvilke faggrupper ud over de allerede nævnte, der arbejder på plejecentret. Vi har en ergoterapeut, der sørger for, at alle beboere har de hjælpemidler, de har brug for. Rengøringspersonale, der vasker tøj og gør rent og pedeller der sørger for, at huset er i orden og at alt virker.

I Skovkvarteret handler samtalen om, at vi skal gøre vores plantekasser klar til vinter og forår. Georginer tåler ikke frost og derfor skal rodknoldene graves op og lægges til overvintring et køligt men frostfrist sted. Vi hjælper hinanden med arbejdet for rødderne må hverken tørre ud eller være for fugtige og rådne.

Hvis vi klarer opgaven, lægger vi rodknoldene i jorden igen til foråret og håber, at blomsterne bliver lige så store og flotte som i år.

Beboerne vil gerne lægge forskellige forårsløgplanter i plantekasserne. Det skal være forskellige farver, typer og nogle, der blomstrer længe.

Vi taler om Krokus, Vintergækker, Påskeliljer, Erantis, Pinseliljer, Tulipaner, Hyacinter og Perlehyacinter og beboerne vil gerne have lidt af hvert. Vi aftaler, at vi snarest går ud for at købe løg og at vi holder et plantemøde, når det bliver forår igen.

Mange tak til alle medvirkende beboere!

Fakta boks

Hvem er husavisen til?

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

Hvad er formålet med husavisen?

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

God læselyst!

Vinni Lau Rasmussen, Centerleder

Beboer nyt

Vi siger tillykke til:



Anny fra Skovkvarteret med den 3. november,

Tage fra Skovkvarteret med den 9. november,

Jens fra Skovkvarteret med den 13. november,

Astrid fra Skovkvarteret med den 24. november og

Anny fra Magnolie kvarteret med den 26. november.

Beboer nyt

Vi byder velkommen til:

Alice Geertsen – bolig 30 – Magnoliekvarteret

Rudi Christensen – bolig 66 - Skovkvarteret



Bruger- og pårørenderådets medlemmer

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

Repræsentant fra Ældrerådet

Hermand Pedersen		**Tlf 61 27 46 36** **Mail:** **hermand_pedersen@yahoo.dk**

Bruger- og Pårørende Rådet på Hyrdehøj plejecenter

Kære pårørende.

I denne flyer fortæller vi kort om, hvordan du kan hjælpe til og hvordan du kan bruge rådet.
Du kan hjælpe ved at:
-hente oplysninger i Kintella, som er en app, du kan downloade. Her sender personalet meddelelser, invitationer til aktiviteter mm.
-læse plejecentrets husavis. Den ligger på plejecentrets hjemme- side og indeholder fx en madplan og aktiviteter på plejecentret og tale med din pårørende om det. Personalet har ikke ressourcer til at orientere, hver enkelt beboer, derfor har du som pårørende en vigtig rolle her.

BPR bruger både Kintella og Husavisen til at formidle oplysninger om rådets arbejde og aktiviteter. Enkelte gange beder vi om, at I tilmelder jer fx ved Nytårskuren, hvor der er forplejning. Bliver I forhindret i at deltage så afmeld gerne.

Musikarrangementerne, som rådet arrangerer, foregår enten i Cafe Sletten eller i fælleskøkkenerne. Det vil være en stor hjælp, hvis I kan tage en snak om arrangementerne med jeres pårørende og også hjælpe med at følge jeres pårørende hen til de arrangementer, der foregår i Cafe Sletten.

Hvordan kan du bruge rådet?
De fleste af os i rådet har selv været eller er pårørende og vi ved, at det ikke altid er let at finde ind i rollen som pårørende. Derfor er du meget velkommen til at ringe til os, hvis du har spørgsmål. Vi kan også altid bruge flere pårørende i BPR. Har du lyst til at være med, så kontakt os endelig.

Venlig hilsen

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

ROSKILDE KOMMUNE

#ALLE TIDERS ROSKILDE

VALG TIL BRUGER- OG PÅRØRENDERÅD

Torsdag den 19. november 2026





Hvad er et bruger- og pårørenderåd?

Alle plejecentre i Roskilde Kommune har et bruger- og pårørenderåd.

Formålet med bruger-og pårørenderådet er at styrke dialogen mellem brugere og pårørende samt ledelsen og personalet. Det er bruger- og pårørenderådets opgave at være beboernes talerør og repræsentanter i samarbejdet med plejecentrets leder.

Bruger- og pårørenderådet er med til at fastlægge retningslinjer for dagligdagen på plejecentret og rådet planlægger og arrangerer aktiviteter for centrets beboere. Rådet er med til at sætte fokus på kvalitet via deltagelse i det lokale kvalitetsråd og i de samskabte tilsyn på det enkelte plejecenter.

Du kan læse vedtægterne til bruger- og pårørenderådet på www.roskilde.dk/bruger-ogpårørenderåd

Hvem kan være med?

Alle interesserede kan blive valgt til bruger- og pårørenderådet. Det er ikke nødvendigt at bo på plejecentret eller være pårørende til en beboer for at deltage i bruger- og pårørenderådet. Der skal dog altid være et flertal af beboere og deres pårørende i rådet.

Bliver du valgt til bruger- og pårørenderådet på et af Roskilde Kommunes ni plejecentre, så vil valgperioden være 2 år, dvs. frem til udgangen af 2028.

Hvordan foregår valget?

Der afholdes opstillings- og valgmøde torsdag den 19. november 2026, kl. 16.00 på plejecentret.

Ønsker du at stille op til bruger- og pårørenderådet skal du møde op til dette møde.

Hvis du er forhindret i at deltage på mødet, kan du stille op ved fuldmagt. I så fald skal du kontakte centerlederen på plejecentret forud for valgmødet.

For at stemme skal du møde op på valgmødet. Såvel beboere og pårørende som interesserede er stemmeberettigede ved valget.

Er du som beboer forhindret i at møde op til valget tilbyder valgtilforordnede fra plejecentret at besøge dig i din bolig, så du fortsat har mulighed for at afgive din stemme.

Har du brug for dette, skal du kontakte lederen af plejecentret før valget.



Valgsteder og kontaktpersoner

Hyrdehøj, Hyrdehøj Stræde 2, 4000 Roskilde,
Vinni Rasmussen
tlf. 46 31 36 50
mail: vinniras@roskilde.dk

Trekroner, Trekroner Centervej 41, 4000 Roskilde
Sisse Maria Skjødt
tlf. 46 31 80 50
mail: sisses@roskilde.dk

Toftehøjen, Toftehøjvej 20, 4130 Viby Sjælland
Anja Deenfeldt Andreasen
tlf. 40 14 26 28
mail: anjada@roskilde.dk

Kastanjehaven, Kirkebjergvej 2-6, 4040 Jyllinge
Mette Bangsgaard Schnor
tlf. 46 31 82 43
mail: metbsc@roskilde.dk

Oasen, Lunden 17, 4130 Viby Sjælland
Anja Deenfeldt Andreasen
tlf. 46 31 84 56
mail: anjada@roskilde.dk

Bernadottegården, H.H. Kock vej 4, 4000 Roskilde
Signe Dupont Kubel
tlf. 46 31 60 00
mail: signeku@roskilde.dk

Sct. Jørgensbjerg, Møllehusvej 118, 4000 Roskilde
Christina Lundgren Reffs
tlf. 46 31 60 60
mail: christinalr@roskilde.dk

Kristiansminde, Margrethekær 2-12, 4000 Roskilde
Teresa Marie Helms Pedersen
tlf. 46 31 67 00
mail: teresap@roskilde.dk

Gundsø Omsorgscenter, Gundsølillevej 6, 4000 Roskilde
Sisse Maria Skjødt
tlf. 46 31 87 52
mail: sisses@roskilde.dk

ROSKILDE KOMMUNE

#ALLE TIDERS ÆLDRELIV

Interne kontaktoplysninger til plejecentret

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

Ledelse

Centerleder **Vinni Lau Rasmussen**	30 84 14 61	vinniras@roskilde.dk

Afdelingsledere

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

Rengøring og vaskeri: Charlotte B Jensen	24 45 44 35	charlottejen@roskilde.dk
Teknisk service: Kim Berlin	40 25 32 93 Ved ferie er der ved opkald henvisning til andet nummer.	kimmb@roskilde.dk

Interne kontaktoplysninger til plejecentret

Skovkvarteret vagttelefon Dag + Aften Kl. 7-23	24 44 79 10	Det er bedst at ringe efter kl 11 medmindre, det drejer sig om noget akut.
Magnoliekvarteret vagttelefon Dag + Aften Kl. 7-23	24 44 87 13	Det er bedst at ringe efter kl 11 medmindre, det drejer sig om noget akut.
Nat vagttelefon Kl. 23-7	24 45 01 38	Det er bedst at ringe inden kl 17 eller efter kl 19 medmindre, det drejer sig om noget akut.
Blomsterhuset	24 45 76 51	Det er bedst at ringe efter kl 11 medmindre, det drejer sig om noget akut.
Aktivitetskoordinatorer: Helen Ghauri Linda Abildgaard	 24 45 46 97 21 48 02 74	 heleng@roskilde.dk linabi@roskilde.dk

Madservice Hyrdehøj

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

Koordinator Gitte Susanne Olsen	2939 9766	MadserviceHyrdehoej@roskilde.dk

Eksterne kontaktoplysninger

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

Praktisk information

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

Information om medicin og smertestillende på plejecentret.

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

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

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

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

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

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

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



Fødselsdage:

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

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



Afbestilling af mad:

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

Bestilling af mad til pårørende:

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

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



Rickshawcykler og kørestolscykel:

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



Husk P-skive på parkeringspladserne.

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

Julen 2026

På Hyrdehøj



Kære beboere og pårørende.

Nu nærmer julen sig, og vi har brug for lidt viden pga. planlægning.

Derfor bedes du og dine pårørende udfylde og afleverer et eller flere af nedenstående skemaer til Helen Ghauri, eller mail til ***heleng@roskilde.dk*** ***senest 1. december 2026.***

Hvis du får flere besøgende til julemiddagen, skal dette, som udgangspunkt ske i egen bolig, da vi ikke har plads til ubegrænset antal gæster i fælles opholdene. Her prioritere vi, borgernes indbyrdes relationer og hygge. Det er en forudsætning, ved deltagelse juleaften, at I er behjælpelige med jeres egen og evt. pårørendes servering og afrydning. Så kan alle, både borgere, pårørende og personalet, få en dejlig juleaften.

Vi glæder os til at se jer.

Husk at udfylde nedenstående sedler om din tilstedeværelse og mad i juledagene.

Skema 1: **Oplysning om, at du *ikke* er på Hyrdehøj i julen, kryds af på nedenstående skema og oplys os om, hvilket tidspunkt du afhentes og kommer hjem på. Det er rigtig vigtigt i forhold til personale tilstedeværelse.**



……

Navn…… Bolig nr. ……

Datoer jeg *ikke* er hjemme i julen: sæt kryds

24.12.26	25.12.26	26.12.26	31.12.26	1.1.2027
Afhentes kl:	Afhentes kl:	Afhentes kl:	Afhentes kl:	Afhentes kl:
Kommer hjem kl:	Kommer hjem kl:	Kommer hjem kl:	Kommer hjem kl:	Kommer hjem kl:

Skema 2. Afmelding af mad i juledagene

Navn……..... **Bolig nr. ……**

	24.12.26	25.12.26	26.12.26	31.12.26	1.1.2027
Morgenmad					
Frokost					
Aftensmad					
Hele døgnet					



……

Skema 3: Gæster i egen bolig i juledagene.

Hvis du har gæster i juledagene i egen bolig, og skal bestille ekstra mad hos madservice, bedes du venligst afkrydse nedenunder.

Navn……..... Bolig nr. ……. Antal gæster……

	24.12.26	25.12.26	26.12.26	31.12.26	1.1.2027
Frokost					
Aftensmad					

Årshjul for større begivenheder



November 11. Kl 10 - 11.30 Tøjstativet, salg af tøj ved Linda Poulsen.

13. Kl 15 Koncert med Maria Bonnet Høyer i Cafe Sletten, BPR.

16. Husets fødselsdag fejres med lækker frokost og fødselsdagskringle.

19. kl. 14 Loge nr. 5, Dronning Margrethe kommer og underholder i Cafe Sletten.

23. kl 16 Lys-demens teater i Skov- og Magnoliekvarteret, BPR.

December 5. kl. 14 – 15.30 Domkirkens Voksenkor i Cafe Sletten, BPR.

13. kl 15 Koncert med Mads Wæhrens og Emmalina Norma i Cafe Sletten, BPR.

16. Kl 15.30 Koncert med Roskilde Kulturskole i Café Sletten

9. Kl 14 -16 Vi laver julepynt og julehygger.

17. Julefrokost for beboere i kvarterene.

18. Kl 10.30 Julegudstjeneste

Lucia

Aftenmenu i november måned

SØN 1	**Coq au vin** Fjerkræ med rødvin,bacon og dampet gulerødder	**Sherryfromage** Med flødeskum,chokoladedrys
MAN 2	**Hakkebøf** Med bløde løg,skysovs og drueagurker	**Bærsuppe** Med tvebakker
TIR 3	**Svampestroganoff** Med grov kartoffelmos og surt	**Kirsebærgrød** Med fløde
ONS 4	**Medister** Med stuvet hvidkål,rødbeder og sennep	**Muldvarpeskud** (Sveskedessert)
TOR 5	**Ovnbagt mørksej** Med tomat/løgragout,citron,hvidvinssovs og ærter	**Ymerfromage** Med brombærsovs
FRE 6	**Kalvehjerter** I flødesovs med kartoffelmos og tyttebær	**Chokoladebudding** Med flødeskum
LØR 7	**Hamburgerryg** Med stuvet grønlangkål,brunede kartofler,gulerødder	**Vanilleis** Med chokoladesovs og vafler
SØN 8	**Bankekød (okse)** Med kartoffelmos,rødløgskompot og surt	**Cheesecake** Med pære, pistagebund og limegele
MAN 9	**Krebinet** Med skysovs og æble/sellerisalat	**Tomatsuppe** Med porre
TIR 10	**Mortens aften** Med and,rødkål,brunede kartofler og skysovs	**Gammeldags æblekage** Med flødeskum og ribsgele
ONS 11	**Fiskelasagne** Med råkost	**Kærnemælksfromage** Med flødeskum og appelsin
TOR 12	**Frikadeller** Med stuvet ærter og gulerødder,samt surt	**Rødgrød** Med fløde
FRE 13	**Efterårstærte** Med butternut squash,græskarkerner og salat	**Fersken** Med makronflødeskum
LØR 14	**Enebærgryde** Med svinekød, bagt rodfrugtemos og drueagurker	**Tiramisu i glas** Pyntet med kakaopulver
SØN 15	**Nakkesteg** Stegt som vildt med waldorfsalat og drueagurker	**Cocktailfromage** Med flødetop
MAN 16	**Kalkunschnitzel** Med skysovs stegte kartofler og ratatouille	**Øllebrød** Med flødeskum
TIR 17	**Bagt torsk** Med hollandaise,citron og råkost med sennep	**Hindbærdessert** Flødeskum
ONS 18	**Tikka Masala** Med knoldselleri og krydderier	**Fløderand** Med karamelsovs
TOR 19	**Forloren and** Med skysovs,tyttebær og surt	**Porresuppe** Med groft brød
FRE 20	**Vildt ragout** Med kartoffelmos,syltede brombær og drueagurker	**Æblekage med crumble** Serveres med rørt is
LØR 21	**Revelsesben** Med skysovs og hjemmekogt rødkål	**Skovbærtrifli** Med flødeskum
SØN 22	**Oksesteg** Med skysovs,glaseret perleløg og hariccots verts	**Citronfromage** Flødeskum,chokoladepynt
MAN 23	**Svampefrikadeller** Med skysovs og rødbedesalat	**Abrikosgrød** Med fløde
TIR 24	**Grønkålssuppe** Med flæsk,pølse og sennep	**Æbleskiver** Med solbærsyltetøj

ONS 25	**Stegt flæsk** Med persillesovs og rødbeder	**Blommer i rom** Med råcreme
TOR 26	**Fiskefrikadeller** Med kaperssovs,citron og coleslaw af rodfrugter	**Pæretærte** Med cremefraiche
FRE 27	**Stegt kylling** Med sherrysovs,blommechutney og surt	**Gulerodssuppe** Med cremefraiche
LØR 28	**Paprikagryde** (Svinekød) med kartoffelmos og surt	**Chokoladeparfait**
SØN 29	**Flæskesteg** Med hjemmekogt rødkål og brunede kartofler	**Ris a la mande** Med kirsebærsovs
MAN 30	**Sprængt nakke** Med dijonsovs og franske ærter	**Sveskegrød** Med fløde

Spørgsmål omkring allergener kontakt køkkenet

Gudstjeneste



Kære alle

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

Fredag d. 20/11-26 kl 10.30 i Café Sletten

Alle er meget velkomne!



Sognepræst Torben Jeppesen

Afsked



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

Bente Birthe Clausen fra Skovkvarteret,

Johnny Birk Petersen fra Magnolie kvarteret.

Æret være deres minde!

Aktiviteter i oktober









Benjamin Aggerbæk har været på besøg for at spille den skønneste jazz- og swingmusik.

Vi elsker Benjamins musik og genhørs glæden var stor.



Heidi er den ene af to Læsevenner fra Roskilde Bibliotek, der læser højt for beboerne.



Vi har gået de smukkeste ture på Roskilde Havn og i Boserup Skov.





Teater V har været på besøg for at spille forestillingen Kys og Vinyl – da Beatles kom til byen. Forestillingen var sjov og fuld af den skønneste musik fra dengang Beatles kom til København og KB Hallen.

Mange tak til Teater V!



Vi er også meget glade og taknemmelige for vores dygtige huspianist

Lars Shiller, der spiller onsdage i ulige uger.









Loge nr 5 Kong Hroar har sunget en meget festlig og musikalsk koncert for os. Koret er altid meget veloplagte og underholdende og vi håber, at de kommer igen.



Pino har været på besøg for at underholde i kvartererne.







Mange tak til Salus koret for en meget flot koncert!

Erindringssaloner

Erindringsfabrikken har udviklet materiale og podcasts om temaerne 1940´erne, 50´erne, 60´erne og 70´ernes Danmark. Materialet består af fortællinger, sang, musik og historiske lydklip.

Projektet er udviklet med støtte fra Sundhedsstyrelsen og Trygfonden.

Erindringsfabrikken samarbejder med Frivilligcenter Roskilde for at rekruttere og træne frivillige til at arbejde med materialet.

Her i huset har vi foreløbig planlagt 4 Erindringssaloner, hvortil jeg danner en gruppe på 6-8 beboere, der er interesserede i at deltage. Jeg vil også være en af dem, der arbejder med Erindringssalonerne.

Det er et interessant og meget relevant projekt, som jeg glæder mig til at tilbyde beboerne og at arbejde med.

På gensyn, Linda



Kom og vær med!

Mandage kl 10-10.45

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

Kl 11-11.30

Gymnastik for kørestolsbrugere i Café Sletten. Åben for alle

Tirsdage kl 10-11.30

Busture med Seniorexpressen, Jan og Linda.

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

Kl 14-15.30 (fra uge 43) Biograf i Skovkvarteret ulige uger og Magnoliekvarteret lige uger, hvor vi ser de film, I gerne vil se og der serveres lækkerier undervejs.

Onsdage kl 10-10.45

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

Kl 11-11.30

Gymnastik og boldspil for kørestolsbrugere i Café Sletten. Åben for alle

Torsdage kl 10.30-11.30 Erindringssaloner for gruppe med Emily, Makbule og Linda, Den grønne dagligstue i Magnoliekvarteret.

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

Kl 14-15.45 Aktivitet med Linda, Skovkvarteret.

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

Kl 10-11.30 Magnoliekvarteret.

Kl 14-15.30 Skovkvarteret.

Hver anden fredag kl 10-10.45

Spiller vi banko i Café Sletten.

Fredage ind imellem kl 10-11.30

Er der brætspils café for alle ved Damebordet i Magnoliekvarteret.

Alle er meget velkomne!

På gensyn, Linda



Aktivitetskalender for november

Uge 45

Mandag d. 2.	**Kl 10-10.45 Motion for gående og rollatorbrugere med Linda i Café Sletten.** **Kl 11-11.30 Gymnastik for kørestolsbrugere med Linda i Café Sletten. Åben for alle.** **Kl 14 Oplæsning med Linda – kun for Blomsterhuset.** **Kl 14.30 Heidi læser op i Magnoliekvarteret.**
Tirsdag d. 3.	**Kl 10-11.30 Bustur med Seniorexpressen, Jan, Emily og Linda.** **Kl 13-13.45 Indkøbsture med beboere i Magnolie kvarteret, Emily & Linda.** **Kl 14-15.30 Biograf med Linda, Skovkvarteret.**
Onsdag d. 4.	**Kl 10-10.45 Motion og boldspil for gående og rollatorbrugere med Linda i Café Sletten.** **Kl 11-11.30 Gymnastik og boldspil for kørestolsbrugere med Linda i Café Sletten. Åben for alle.** **Kl 14-15.15 Onsdagscafé med Lars Shiller i Cafe Sletten** **Kl 14-14.15 Kaffe og kage** **Kl 14.15-15.15 Sang og musik.**
Torsdag d. 5.	**Kl 10.30-11.30 Erindringssalon med Emily, Makbule & Linda, Grøn stue i Magnolie kvarteret.** **Kl 13.30-14 Indkøbstur med beboere i Skovkvarteret, Emily & Linda.** **Kl 14-15.30 Vi skriver husavis med Linda, Magnoliekvarteret.**
Fredag d. 6.	**Kl 10-11 Banko med Linda i Café Sletten.** **Brunch**
Lørdag d. 7.	
Søndag d. 8.	

Uge 46

Mandag d. 9.	**Kl. 10-11.15 Dameklub med Yvonne i Kilden og Lysningen. Kun for inviterede.** **Kl 10-10.45 Motion for gående og rollatorbrugere med Linda i Café Sletten.** **Kl 11-11.30 Gymnastik for kørestolsbrugere med Linda i Café Sletten. Åben for alle.** **Kl 14 Oplæsning med Linda – kun for Blomsterhuset.** **Kl 14.30 Heidi læser op i Magnoliekvarteret.**
Tirsdag d. 10.	**Kl 10-11.30 Bustur med Seniorexpressen, Jan, Emily og Linda.** **Kl 13-13.45 Indkøbsture med beboere i Magnolie kvarteret, Emily & Linda.** **Kl 14-15.45 Biograf med Linda, Magnoliekvarteret.**
Onsdag d. 11.	**Kl 10-11.30 Tøjstativet, salg af tøj ved Linda Poulsen i Café Sletten.** **Kl 14-15.15 Onsdagscafé med Einar i Cafe Sletten** **Kl 14-14.15 Kaffe og kage** **Kl 14.15-15.15 Fællessang.**
Torsdag d. 12.	**Kl 10.30-11.30 Erindringssalon med Emily, Makbule & Linda, Grøn stue i Magnolie kvarteret.** **Kl. 12.30-13.00 Borgermøde i Skovkvarteret.** **Kl 13.30-14 Indkøbstur med beboere i Skovkvarteret og Linda.** **Kl 14-15.30 Vi skriver Husavis med Linda, Skovkvarteret.**
Fredag d. 13.	**Kl 15 Koncert med Maria Bonnet Høyer i Café Sletten, BPR.**
Lørdag d. 14.	
Søndag d. 15.	

Uge 47

Mandag d. 16.	 **Husets fødselsdag, hurra!** **Kl 10-10.45 Motion for gående og rollatorbrugere med Linda i Café Sletten.** **Kl 11-11.30 Gymnastik for kørestolsbrugere med Linda i Café Sletten. Åben for alle** **Kl 12 Fødselsdags frokost i kvarterene.** **Kl 14 Fødselsdagskringle, kaffe og te.** **Kl 14 Oplæsning med Linda – kun for Blomsterhuset.** **Kl 14.30 Heidi læser op i Magnoliekvarteret**
Tirsdag d. 17.	**Kl 10-11.30 Vi går tur med Emily og Linda, Skovkvarteret.** **Kl. 12.30-13.00 Borgermøde i Magnolie kvarteret.**
Onsdag d. 18.	**Kl 10-10.45 Motion og boldspil for gående og rollatorbrugere med Linda i Café Sletten.** **Kl 11-11.30 Gymnastik og boldspil for kørestolsbrugere med Linda i Café Sletten. Åben for alle** **Kl 14-15.15 Onsdagscafé med Lars Shiller i Sletten** **Kl 14-14.15 Kaffe og kage** **Kl 14.15-15.15 Fællessang**
Torsdag d. 19.	**Kl 10.30-11.30 Erindringssalon med Emily, Makbule & Linda, Grøn stue i Magnolie kvarteret.** **Kl 13.30-14 Indkøbstur med beboere i Skovkvarteret, Emily & Linda.** **Kl. 14 Underholdning med Loge nr. 5, Dr. Margrethe i Cafe Sletten.** **Kl. 14-14.15 Kaffe og kage** **Kl. 14.15 Musik og sang**
Fredag d. 20.	**Kl 10.30 Gudstjeneste i Café Sletten.**
Lørdag d. 21.	
Søndag d. 22.	

Uge 48

Mandag d. 23.	**Kl. 10-11.15 Dameklub med Yvonne i Kilden og Lysningen. Kun for inviterede.** **Kl. 16 Lys-demensteater i Skov- og Magnoliekvarteret, BPR.**
Tirsdag d. 24.	
Onsdag d. 25.	**Kl 14-15.15 Onsdagscafé i Cafe Sletten** **Kl 14-14.15 Kaffe og kage** **Kl 14.15-15.15 Fællessang.**
Torsdag d. 26.	
Fredag d. 27.	
Lørdag d. 28.	
Søndag d. 29.	**Første søndag i advent** 
Mandag d. 30 **Uge 49**	**Kl 10-10.45 Motion for gående og rollatorbrugere med Linda i Café Sletten.** **Kl 11-11.30 Gymnastik for kørestolsbrugere med Linda i Café Sletten. Åben for alle.** **Julehistorie med Linda – kun for Blomsterhuset.**

Frivillige og BPR



Fra venstre: Irene, Erik, Kate, Makbule, Winnie, Lisbeth, Vibe og Michael.



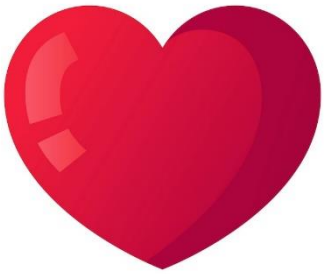
Gülsüm.

Michael er formand for BPR, Lisbeth er medlem af BPR og Vibe er tidligere medlem af samme. Fraværende: Brita og Bente.

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

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

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



Vi leder efter netop Dig som frivillig

Vil du være frivillig hos os?

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

- Arrangementer
- Fester
- Aktiviteter
- At køre rickshaw



Og kan være:

- Besøgsven
- Gå-ven
- Kaffe-ven.

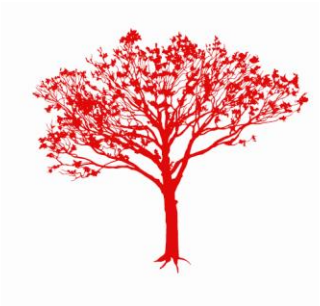
Eller måske en aktivitet, som vi endnu ikke har eller endnu ikke fundet på og som Du brænder for?

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

E-mail: linabi@roskilde.dk

Tlf nr 21 48 02 74

Vågetjenesten



Ingen skal dø alene.

Frivillige vågere fra Røde Kors vågetjeneste tilbyder at give nærvær og omsorg til døende. Vågere kan sidde ved sengen i den allersidste tid, når de pårørende trænger til aflastning, eller hos døende, der ikke har nære pårørende.

Vågerne indgår ikke i plejen, men kan være med til at berolige og skabe tryghed.

Vågninger kan finde sted såvel i dagtimerne som om natten. Den enkelte våger er typisk til stede i 3-4 timer ad gangen, hvorefter der kommer en ny våger. Der kan dog forekomme tidspunkter, hvor behovet for vågere ikke kan tilgodeses fuldt ud.

Det er plejecentrets medarbejdere, der står for kontakten til vågetjenesten. Som pårørende til en døende er det derfor personalet, du skal kontakte, hvis du har behov for vågetjenestens indsats.



Månedens krydsord

41	ETABLE-RES	FØLSOM	UD-BRUD	KILO	DRIK	★	KLASSE	FYRE	ØSTRIG	BUTIKS-KÆDE		JEG
JAP. BY						SKAL-DYR / TILBE-HØR						
PØBEL				NOGEN-LUNDE / BIL-MÆRKE					OSEDE / SLAPPE AF			
2 ENS			MØDES / NUMMER				I DAG / BRAG			PEP / SPIL		
VULKAN					PER-FEKTE / STED-ORD							GRIBE
TON		RÆKKER / TONEN						TYPE / BIL-UDSTYR				
DRIK			 / IMAGE			HANKEN / MÆRKE					BIORD	
TONER				FOR-NAVN					HUSDEL / REX			
REGE-RER							SIDDE					

Navn_____ Bolig nr._____

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

Den skal afleveres senest den **23/11-26**.

Præmien er en æske chokolade.

Månedens vinder

Månedens vinder er:

Torben Vind-Knudsen bolig nr 57

Vi ønsker stort tillykke!

