



# **HYRDEHØJ PRESSEN**



**Juli 2024**



**Lederen—side 3-4**

**Den flyvende kiosk —side 13**

**Aftenmenu-side 24-25**

**Aktiviteter—side 14-17**

**[www.plejecenthyrdehoej@roskilde.dk](http://www.plejecenthyrdehoej@roskilde.dk)**

**Mail: [plejehyrdehoej@roskilde.dk](mailto: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 .....	6
Interne kontaktoplysninger .....	7-8
Eksterne kontaktoplysninger .....	9
Praktisk information .....	10
Årshjulet for større begivenheder.....	11
Vi leder efter netop dig som frivillig.....	12
SE HER! Den Flyvende Kiosk.....	13
Aktiviteter i juni måned .....	14-18
Borgermøder i henholdsvis Skov- og Magnoliekvarteret.....	19-20
Pårørende tilbud .....	21
Gudstjeneste.....	22
Fødselsdage .....	23
Gratis ledsageordning .....	24
Aftenmenu for juli måned.....	25-26
Afsked.....	27
Aktivitetsskalender .....	28-29
Frivillige.....	30-31
Vågetjenesten.....	32
Månedens opgave og månedens vinder .....	33-34
Banko.....	35

Kære beboere og pårørende.




Sommeren er endelig over os, og med den kommer varme dage, lyse nætter og muligheden for at nyde vores smukke natur og haver. På plejecenteret er vi heldige at have både Magnolie Haven og Skov Haven, som står i fuldt flor og indbyder til ro og afslapning.

Selvom sommeren også betyder, at en del af vores personale tager på en velfortjent sommerferie, skal I ikke bekymre jer. Vi har sørget for, at der er dygtige vikarer, der kan træde til og sikre, at alt fortsætter, som det plejer. Samtidig vil de faste medarbejdere, der bliver her, gøre deres bedste for, at I får en dejlig sommer.

I løbet af sommeren vil der indimellem være pølser på grillen i de forskellige afdelinger. Der er noget særligt ved at samles om grillen, dele et måltid og nyde hinandens selskab. Duften af nygrillet pølser og den friske luft er noget, vi alle kan se frem til.

Vores smukke haver byder også på mange muligheder for afslapning og nydelse. Magnolie Haven og Skov Haven giver begge mulighed for at finde et roligt hjørne, hvor man kan læse en bog, snakke med en ven eller blot nyde naturens



Vi vil minde alle om vigtigheden af at få rigeligt med væske, især i sommervarmen. Det er afgørende for vores helbred og velvære. Vores personale vil sørge for, at der altid er frisk vand og kolde drikke til rådighed, og vi vil også tilbyde lækre, kølige sommerdrikke som iste og saft. Der vil nok også være mulighed for en is på de rigtige varme dage.

Lad os sammen skabe en sommer fyldt med glæde, hygge og gode minder. Nyd de små øjeblikke, brug tid i vores dejlige haver og vær sammen med hinanden.

De bedste sommerhilsner.

Centerleder  
Vinni Rasmussen

**Velkommen til nye beboere**



**VELKOMMEN!**

Emmy Kristine Petersen—bolig 69

Nancy Diana Olsen—bolig 68

Uffe Sigvard Hansen—bolig 42

Kirsten Jytte Scoppa—bolig 25

## Bruger- og pårønderåd

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 pårønderådets medlemmer

<b>Elin Jørgensen</b>	<b>Formand og sekretær</b>	<b>Skovkvarteret Pårørende</b>
<b>Lillian Skovkjær</b>	<b>Næstformand</b>	
<b>Vibe Andreasson</b>	<b>Kassérer</b>	<b>Skovkvarteret pårørende</b>
<b>Kirsten Alvang</b>	<b>Bestyrelsesmedlem</b>	<b>Blomsterhuset pårørende</b>
<b>Repræsentant fra Ældrerådet</b>		
<b>Hermand Pedersen</b>	61 27 46 36	<a href="mailto:hermand_pedersen@yahoo.dk">hermand_pedersen@yahoo.dk</a>

## 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**

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**  
Konstitueret 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

<b>Rengøring - koordinator</b> <b>Gitte Rosenkilde</b>	2445 7832	gitteros@roskilde.dk
<b>Vaskeri: Charlotte B. Jensen</b>	2445 4435	charlottejen@roskilde.dk
<b>Teknisk Service:</b> <b>Kim Berlin</b> <b>Jonas Hansen</b>	4025 3293 2112 4363	kimmb@roskilde.dk jonaspgh@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 4435	Det er bedst at ringe efter klokken 11, med mindre det drejer sig om noget akut
<b>Aktivitetskoordinator:</b>		
<b>Helen Ghauri</b>	2445 4697	heleng@roskilde.dk
<b>Ernæringsansvarlige:</b>		
Katrine og Camilla (Magnolie kvarteret) Laila og Anette (Skovkvarteret)		katrinels@roskilde.dk camillaer@roskilde.dk lailad@roskilde.dk anettejep@roskilde.dk



## Eksterne kontaktoplysninger på Plejecenteret

<b>Omsorgstandplejen:</b>	46 31 71 00	
<b>Roskilde Kommune</b>	46 31 30 00	
<b><u>Husavisen kan downloades på vores hjemmeside:</u></b> <b><u>plejehyrdehoej@roskilde.dk</u></b>		

## 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. 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](http://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](mailto:heleng@roskilde.dk).



### Indlæg til husavisen:

Indlæg til næste måneds husavis skal sendes til Helen Ghauri [heleng@roskilde.dk](mailto: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



**August** Musik og sang med John og HC  
Onsdag den 21. august kl. 14.00 i  
Cafe Sletten.

**November** Husets fødselsdag  
Mandag den 18. november 2024  
Kl. 12 i Cafe Sletten.

**December** Julefrokost  
Onsdag den 4. december 2024  
Kl. 12 i kvartererne.

Børne- og juniorkor fra Roskilde  
Domkirke  
Lørdag den 7. december 2024

# Vi leder efter netop dig som frivillig

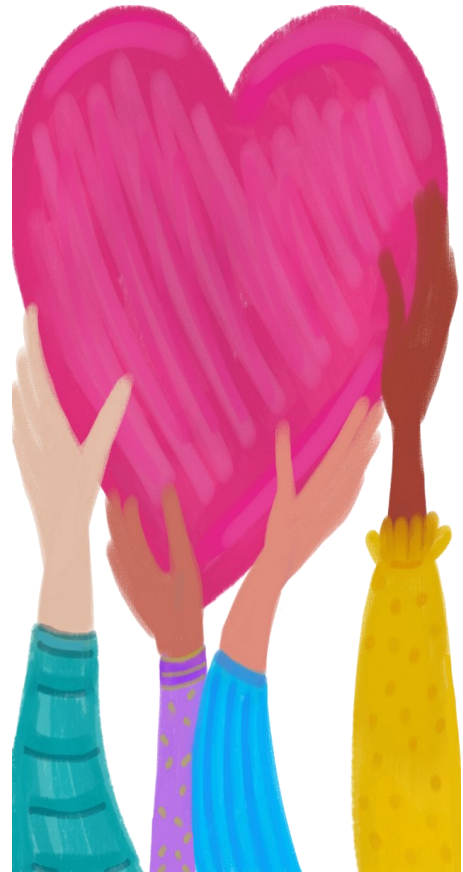
## Vil du være frivillig hos os?

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 frivillig- og aktivitetskoordinator Helen Ghauri og hør nærmere:

E-mail: [heleng@roskilde.dk](mailto:heleng@roskilde.dk)

Tlf. 2445 4697.

# SE HER! Den Flyvende Kiosk.



**Kære Pårørende.**

**Vi tilbyder nu en rullende kiosk som service på plejecentret.**

**Vi har indgået en aftale med Plejecentret om kiosk 1-2 gange om ugen. Vores kiosk er en flytrolley så vi på den måde kan komme rundt eller ind til beboerne i deres bolig, hvis man ønsker dette.**

**Kiosken har et bredt sortiment, af indpakket chokolade, kage, lakrids, bolsjer, Chips, nødder, vingummi, sodavand, juice og andet. Til tider ugeblade, barberskum, Cremer, shampoo, hårelastikker, neglelak, smykker, punge, tasker, solbriller. samt meget mere. Der vil også være mulighed for bestilling af varer.**

**Kiosken tager imod kontant betaling, dankort og mobilepay.**

**For dem der ikke har mulighed for almindelige betalings midler, kan der laves anmodning på Mobile pay til jer de pårørende efter aftale. Kontakt os via E-mail eller telefon, for spørgsmål og tilmelding til ordningen.**

**E-Mail : [denflyvendekiosk@gmail.com](mailto:denflyvendekiosk@gmail.com)**

**Tlf: 28 90 28 71**

**CVR: 3067 5665**

**reg. 6509 konto nr. 3052537370**

***De Venligste hilsner Deah og Christopher  
Den flyvende kiosk.***

# Aktiviteter i juni måned



Besøg af måge  
unger



Småkage-  
baging  
og  
produktet  
heraf.



Bus- og cykelture  
på Hyrdehøj..





# Aktiviteter i juni måned



Sanseoplevelser



Onsdags-  
cafe



Lækker frugt skåret af eleverne.

Cykeltur



# Aktiviteter i juni måned

## Sankt Hans fest i Magnolie kvarteret.



Tak til alle borgere for en hyggelig formiddag med sang og musik, og med hygge ved grillen.



## Aktiviteter i juni måned



Tak til 2. klasse fra Tjørnegårdsskolen for nogle dejlige sange.

I var så gode.

Vi glæder os til Lucia.



## Cykeltur i det blå



# Aktiviteter i juni måned

## Besøg af Jens og Alexander.



Tak for dejlige  
sange og skøn  
musik.

Borgerne var i  
hopla, og sang  
glade med på de  
velkendte sange.

Et arrangement af BPR





## Borgermøde i Skovkvarteret den 30. maj 2024.

Christina byder velkommen til de fremmødte borgere og fortæller, at hun er souschef, og at hun kommer i stedet for Vinni, da hun er forhindret. Christina fortæller, at hun er souschef, men at hun aldrig har afholdt borgermøder, hvorfor borgerne gerne må sige til og fra for at hjælpe.

### Hvad rører sig:

Vi har lavet en aftale med Den Flyvende kiosk, som kommer første gang den 5.6.24, og fremadrettet vil komme hver onsdag. Kiosken har et bredt udvalg af bl.a. chokolade, sodavand, bolsjer.

Der er snart valg til EU, og man kan brevstemme her på plejecentret på fredag kl. 10-14 i mødelokalet.

Adspurgt, hvordan det ellers går, fortæller borgerne, at det generelt går godt. Personalet er søde og rare, og yder gerne hjælp. Der er plads til os alle. En borger giver udtryk for at have siddet længe uden at få hjælp, og Christina fortæller, at det selvfølgelig ikke er i orden, og at det hermed er taget til efterretning. ”Respekt for det man gør, og måden det gøres på”.

### Omsorg/værdighed:

På spørgsmålet om borgernes egne ressourcer bliver brugt, svarer borgerne, at det gør de, og at det er vigtigt, og at man selv kan byde ind med noget.

Der er stor tilfredshed med personalet, og man bliver mødt og set, og det er trygt at bo her. Vi er alle kun mennesker.

Borger fortæller, at der har været problemer med nødkald, og det er naturligvis vigtigt, at nødkald tjekkes. Afdelingsleder Thea er tilstede, og vil tage hånd om det.

Borger udtrykker, at der ikke er tale om uvillighed, men om der er personale nok?!

### Livskvalitet:

#### Aktiviteter:

Generelt er alle glade for aktiviteterne, og der skal mere gang i cyklerne, nu hvor vejret bliver bedre, og vi har også en cykel til kørestole.

Musik giver alle udtryk for er dejligt.

## **Borgermøde i Skovkvarteret den 30. maj 2024.**

En borger fortæller, at hun er glad for sin ”kortklub”, men at en borger mangler en kortholder for at kunne blive ved med at spille kort. Dette ser Christina på.

Christina takker for god ro og orden, og giver udtryk for, at det var dejligt at møde borgerne.

Problem:

En borger fortæller, at hun har haft problemer med vasketøj og stadigvæk mangler en dug, som hendes mor har lavet. Morten og borgeren går en tur i vaskekælderen for at lede efter den.

Maden:

Borgerne fortæller, at maden er glimrende, og en borger siger, at det kommer an på maden, fx er han ikke vild med lasagne. Noget af den udenlandske mad er nogle gange for krydret.

Der er en ønskebog, hvor man kan komme med ønsker til køkkenet.

Der skal være grill om onsdagen, og kom gerne med forslag til hvad vi skal grille.

En borger siger, at vegetarmad er kedeligt, når der kun er grøntsager. Christina fortæller, at det er et krav oppe fra ift. kødfrie dage.

Christina takker for god ro og orden, og takker for at måtte møde jer alle.

## **Borgermøde i Magnolie kvarteret den 3. juni 2024.**

Der var ikke nok fremmødte borgere, da det fleste var gået til egne boliger, og derfor blev det besluttet, at mødet blev aflyst.

## 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](mailto: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](mailto:demensteam@roskilde.dk)

# Gudstjeneste



Kære alle.

I denne måned vil der være gudstjeneste

*Fredag den 12. juli 2024 Kl. 13.00.*

Gudstjenesten vil blive afholdt i  
Cafe Sletten.



Præst Torben Jeppesen

**I denne måned har vi fødselarer i huset:**



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

- 1. Knud-Erik (skovkvarteret)**
- 4. Charlotte R. (blomsterhuset)**
- 5. Gretchen (skovkvarteret)**
- 5. Johnny (magnolie kvarteret)**
- 6. Jørn Bent (magnolie kvarteret)**
- 7. Kristine (magnolie kvarteret)**
- 8. Mads (blomsterhuset)**
- 13. Benny (blomsterhuset)**
- 14. Birthe L. (skovkvarteret)**
- og**
- 16. Helle (magnolie kvarteret)**

**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](mailto:medlemsservice@blind.dk)



# Aftenmenu juli

<b>MAN</b>	<b>Svensk pølseret</b>	<b>Is</b>
1	Med frisk klippet purløg	Med karamelsauce
<b>TIR</b>	<b>Frikadeller</b>	<b>Jordbær</b>
2	Med kold kartoffelsalat, agurk, purløg og tomat	Med fløde
<b>ONS</b>	<b>Kartoffelgratin</b>	<b>Solbær/ribsgrød</b>
3	Med spinat, ost og sennepsmarineret gulerodssalat	Med fløde
<b>TOR</b>	<b>Herregårdsbøf</b>	<b>Koldskål</b>
4	Med bearnaise, brasede kartofler og fine ærter	Med kammerjunkere
<b>FRE</b>	<b>Dampet laks</b>	<b>Frisk frugtsalat</b>
5	Med citronsovs og smørdampede gulerødder	Med råcreme
<b>LØR</b>	<b>Paprikagryde</b>	<b>Maskeret blomkål</b>
6	Med svinekød, bacon, cocktailpølser og agurkesalat	Med rejer og dilledressing
<b>SØN</b>	<b>Flæskesteg</b>	<b>Nougatfromage</b>
7	Med skysovs, broccoli og smørdampede gulerødder	Med flødeskum
<b>MAN</b>	<b>Svampefrikadeller</b>	<b>Jordbær</b>
8	Med stuvet sommerkål og rødbeder	Med fløde
<b>TIR</b>	<b>Quiche Lorraine</b>	<b>Vafler</b>
9	Tærte med skinke, grøn salat med vinagrette dressing	Syltetøj og flødeskum
<b>ONS</b>	<b>Boller i karry</b>	<b>Marineret Jordbær</b>
10	Med løse ris og fine ærter	I appelsin, dertil vanilleis
<b>TOR</b>	<b>Fiskelasagne</b>	<b>Hindbærdessert</b>
11	Med torsk, spinat og spidskålssalat med agurk	
<b>FRE</b>	<b>Grillet frankfurter</b>	<b>Hyldeblomstfromage</b>
12	Med kold kartoffelsalat, agurk, tomat og purløg	Pyntet med flødeskum chokolade
<b>LØR</b>	<b>Sprængt kam</b>	<b>Tomatsuppe</b>
13	Med aspargessovs og nye grøntsager	Med forårsløg
<b>SØN</b>	<b>Høsefrikassé</b>	<b>Jordbærtrifli</b>
14	Med persille og agurkesalat	Pyntet med flødeskum
<b>MAN</b>	<b>Forloren and</b>	<b>Rabarbersuppe (lun)</b>
15	Med skysovs, broccoli og asier	Med frossen flødetop
<b>TIR</b>	<b>Biksemad</b>	<b>Cocktailfromage</b>
16	Med rugbrød og rødbeder	Med flødetop
<b>ONS</b>	<b>Stjerneskud</b>	<b>Koldskål</b>
17	Med stegt og dampet fisk, rejer, citron og pynt	Med kammerjunkere

# Aftenmenu juli

<b>TOR</b>	<b>Kyllingefrikadeller</b> 18 Med tzaziki, stegte kartofler og tomatsalat	<b>Hvid chokolademousse</b> Med sommerbær og hakket chokolac
<b>FRE</b>	<b>Blomkålsgratin</b> 19 Med tomatsovs og broccoli	<b>Bondepige</b> Med slør (æbledessert)
<b>LØR</b>	<b>Sommergryde</b> 20 Med blomkål, gulerødder, og fine ærter	<b>Laksemousse</b> Med rejer, salat og dressing
<b>SØN</b>	<b>Hamburgerryg</b> 21 Med stuvet spinat og gulerødder	<b>Cocktailfromage</b> Med flødetop
<b>MAN</b>	<b>Stegt kalvelever</b> 22 Med champignonsovs, bløde løg og agurkesalat	<b>Jordbær/rabarbergrod</b> Med Fløde
<b>TIR</b>	<b>Krebinet</b> 23 Med sommergrønt i peberrodsovs og surt	<b>Kirsebærtrifli</b> Med flødeskum
<b>ONS</b>	<b>Stegt fisk</b> 24 Med persillesovs, citron og gulerodssalat med sennep	<b>Panna cotta</b> Med hjemmelavet rabarbersirup
<b>TOR</b>	<b>Gartnerens gryde</b> 25 Med grønt og ost	<b>Jordbæris</b> Med vafler
<b>FRE</b>	<b>Medister</b> 26 Med stuvet ærter og gulerødder og surt	<b>Tiramisu i glas</b> Pyntet med kakaopulver
<b>LØR</b>	<b>Stegt kylling</b> 27 Skysovs, rabarberchutney, grøn salat, flødedressing	<b>Tartelet</b> Med fiskeboller og rejer
<b>SØN</b>	<b>Mørbrad á la creme</b> 28 Med kartoffelgratin og sommersalat	<b>Citronfromage</b> Flødeskum, chokoladepynt
<b>MAN</b>	<b>Æggekage</b> 29 Med bacon, purløg, tomat og rugbrød	<b>Pandekage</b> Med is og jordbærsyltetøj
<b>TIR</b>	<b>Sommertærte</b> 30 Med asparges, porre, kartoffel med grøn salat	<b>Fersken</b> Med makronflødeskum
<b>ONS</b>	<b>Baconrulle</b> 31 Med skysovs, rysteribs og agurkesalat	<b>Stikkelsbærgrod</b> Med fløde

Spørgsmål omkring allergener kontakt køkkenet





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

***Æret være deres minde!***

***Inger Kierstein—Magnolie kvarteret.  
John Willy Christiansen—Magnolie kvarteret.***



# Aktivitetskalender

Dato	
<b>Mandag den 1.</b>	<b>KL 10.15-11.15 – Banko i Cafe Sletten. KL 13.00-14.00 – Herreklub med Morten i Kilden. KL 14.15-15.45 – Biograf i Cafe Sletten for begge kvarterer.</b>
<b>Tirsdag den 2.</b>	<b>KL 10.00-11.00 – Sansoplevelser og bevægelse med Morten i Cafe Sletten. KL 13.00-14.30 – Bustur for borgere og personalet i Skovkvarteret sammen med Morten.</b>
<b>Onsdag den 3.</b>	<b>KL 10.00-11.00 – Gåture med borgere i Magnoliekvarteret. 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.</b>
<b>Torsdag den 4.</b>	<b>KL 10.00-11.00 – Højtlesning/sang med Morten i Cafe Sletten.  KL 13.00-14.15 – Cykelture med Morten.</b>
<b>Fredag den 5.</b>	<b>KL 10.30-11.30 – Bustur for borgere og personalet i Blomsterhuset sammen med Morten. Morten bager i Skovkvarteret.</b>
<b>Lørdag den 6.</b>	
<b>Søndag den 7.</b>	
<b>Mandag den 8.</b>	<b>KL 10.00-11.00 – Gåture med Morten i Magnoliekvarteret. KL 13.00-14.15 – Kortspil (kun inviterede) med Morten i Kilden. KL 14.15-15.45 – Biograf i Cafe Sletten for begge kvarterer.</b>
<b>Tirsdag den 9.</b>	<b>Morten har fri</b>
<b>Onsdag den 10.</b>	<b>KL 10.00-11.00 – Gåture med borgere i Magnoliekvarteret. 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.</b>
<b>Torsdag den 11.</b>	<b>KL 10.00-11.00 – Højtlesning/sang med Morten i Cafe Sletten.  KL 13.00-14.15 – Cykelture med Morten.</b>
<b>Fredag den 12.</b>	<b>KL 10.30-11.30 – Bustur for borgere og personalet i Blomsterhuset sammen med Morten. KL 13.00 – Gudstjeneste i Cafe Sletten.</b>
<b>Lørdag den 13.</b>	
<b>Søndag den 14.</b>	
<b>Mandag den 15.</b>	<b>KL 10.15-11.15 – Banko i Cafe Sletten. KL 13.00-14.00 – Herreklub med Morten i Kilden.</b>



# Aktivitetskalender

	<b>Kl. 14.15-15.45 – Biograf i Cafe Sletten for begge kvarterer.</b>
<b>Tirsdag den 16.</b>	<b>Kl. 10.00-11.00 – Sanseoplevelser og bevægelse med Morten i Cafe Sletten. Kl. 13.00-14.30 – Bustur for borgere og personalet i Skovkvarteret sammen med Morten.</b>
<b>Onsdag den 17.</b>	<b>Kl. 10.00-11.00 – Gåture med borgere i Magnoliekvarteret. 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.</b>
<b>Torsdag den 18.</b>	<b>Kl. 10.00-11.00 – Højtlesning/sang med Morten i Cafe Sletten.  Kl. 13.15-14.15 – Kortspil (kun inviterede) med Morten i Kilden.</b>
<b>Fredag den 19.</b>	<b>Kl. 10.30-11.30 – Bustur for borgere og personalet i Blomsterhuset sammen med Morten. Morten bager i Skovkvarteret.</b>
<b>Lørdag den 20.</b>	
<b>Søndag den 21.</b>	
<b>Mandag den 22.</b>	<i>Morten har ferie fra i dag til og med fredag den 9. august 2024.</i>
<b>Tirsdag den 23.</b>	-
<b>Onsdag den 24.</b>	<b>Personalet sætter film på.                    Ingen onsdagscafe.</b>
<b>Torsdag den 25.</b>	-
<b>Fredag den 26.</b>	-
<b>Lørdag den 27.</b>	
<b>Søndag den 28.</b>	
<b>Mandag den 29.</b>	-
<b>Tirsdag den 30.</b>	-
<b>Onsdag den 31.</b>	<b>Personalet sætter film på.                    Ingen onsdagscafe.</b>

Forbehold for ændringer.

## Hyrdehøjs frivillige



**Fra venstre: Makbule. Brita, Gitta, Bente J., Anne og Jette.**

**Fraværende: Bente P. og Poul.**

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.

## Frivilligcentrets Plejecentergruppe - 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?

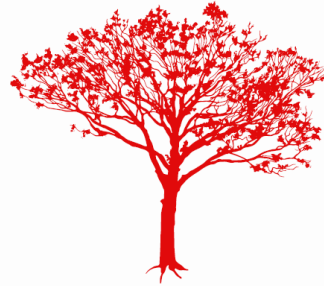
Så send en e-mail til: [Frivilligcenter@roskilde.dk](mailto:Frivilligcenter@roskilde.dk) eller kontakt Lise Hogstad via e-mail [lise@hogstad.dk](mailto:lise@hogstad.dk) eller ring på 4292 0592,

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

	SØ- MANDEN	STAK- KELS	505	ILT			BRO- DERE	UNGE	DANSK FILM	ORDRE	TRÆET	ENG. TITEL
	RØG					DREJES REGNE						
AN- LÆG				FOR- NAVN PROFE- TER					551 STIGE TILVEJRS			
TRADE- MARK			TRÆG JUNIOR				LILLE ENG. TILSAGN			MISTER FRISKT		
SKAL- DYR					KORT Ø							UBE- HØVLET
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 den 24.7.24 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*

Og vinderen er:

**Kirsten O. Nielsen–  
Magnolie kvarteret.**

Husk at sende din kryds og tværs besvarelse til mig.



**Præmie:  
En æske chokolade**

# BANKO

## HUSK

AT DER SPILLES BANKO ET PAR GANGE OM MÅNEDEN—KIG I AKTIVITETSKALENDEREN FOR AT SE HVORNÅR VI SPILLER.

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



VI SER FREM  
TIL AT DU  
KOMMER OG  
DELTAGER.

