



HYRDEHØJ PRESSEN



Juni 2025



Leder—side 3-4

Kom og vær med!—side 33-34

Aftenmenu—side 26-27

Velkommen—side 22-23

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	6
Interne kontaktoplysninger	7-8
Eksterne kontaktoplysninger	9
Praktisk information	10
Årshjulet for større begivenheder	11
Borgernøder	12-14
Vi leder efter netop dig som frivillig.....	15
Mallebrok og Lirum Larum	16
Aktiviteter i maj måned	17-18
Grundlovsdag.....	19
Kære pårørende.....	20
Gudstjeneste.....	21
Velkommen til de nye medarbejdere i huset	22-23
Kirkebilen	24
Fødselsdage	25
Aftenmenu for juni måned	26-27
Afsked.....	28
Aktivitetskalender	29-32
Kom og vær med!	33-34
Tøjsalg i Cafe Sletten.....	35
Frivillige	36
Vågetjenesten.....	37
Månedens opgave og månedens vinder	38-39

Kære beboere, pårørende og personale.



Sommeren er over os, og det mærkes tydeligt her på Hyrdehøj. Solen titter hyppigere frem, og dagene bliver længere og lysere. Vores haver står i fuldt flor – blomster, buske og træer har for alvor foldet sig ud, og det er en fornøjelse at se, hvordan både beboere og besøgende nyder synet og den friske luft i det grønne.

Vi har allerede haft gang i grillen et par gange, og der kommer helt sikkert flere hyggelige stunder med duften af grillmad, latter og gode snakke under parasollerne. Den slags dage minder os om, hvor stor glæde der findes i de små ting – og hvor vigtigt det er at nyde nuet sammen.

Vi går også ind i en ferieperiode, hvor nogle af vores medarbejdere får mulighed for at tage en velfortjent pause. De har knoklet hele året og fortjener i den grad lidt ro og solskin. Samtidig sørger vi naturligvis for, at der stadig er trygge rammer og nærvær omkring jer, der bliver her.

Vi glæder os desuden over at kunne byde velkommen til to nye aktivitetsmedarbejdere, som allerede er i fuld gang med at lære både huset og jer at kende. De vil komme med nye idéer og initiativer, der kan styrke fællesskab, glæde og samhørighed – både i hverdagen og til særlige begivenheder. Vi ser frem til at se, hvad de bringer med sig af energi og inspiration.

Afslutningsvis vil vi ønske jer alle en dejlig juni og en sommer fuld af gode øjeblikke – hvad end det er i skyggen under et træ, med en is i hånden eller i selskab med mennesker, I holder af.

Med varme sommerhilsner

Ledelsen på Hyrdehøj

Du danske sommer, jeg elsker dig:

Sangen er en af vores mest afholdte årstidssange, måske fordi den skildrer sommeren, som den virkelig er. Lunefuld og svær at blive klog på, men netop derfor betagende og fortryllende.

Sangens erotiske undertone har betydet, at sangen har været udsat for censur. Først i den 16. udgave af Højskolesangbogen fik kvinderne igen lov til at boltre sig nøgne ved stranden.

Thøger Larsen vælger at tiltale sommeren som en kvinde, et lunefuldt og drillende væsen, der er svær at blive klog på, men som måske af samme grund bliver endnu mere interessant og betagende, bjergtagende og fortryllende med sin tordenlatter og sin tordenregn. Alligevel erkender han at "hjertet inderst er pure guld".

Sommerdigt

2. Du er i sindet jo lunefuld,
dog hjertet inderst er pure guld,
et eventyr er dit glade navn,
og blomster lyser ud af din favn.
Korn, korn, korn
i drømme gror under månens horn
2. Du er i sindet jo lunefuld,
dog hjertet inderst er pure guld,
et eventyr er dit glade navn,
og blomster lyser ud af din favn.
Korn, korn, korn
i drømme gror under månens horn

— Thøger Larsen

Velkommen til nye beboere



VELKOMMEN!

Hanne Edit Paludan Kvint—bolig 19
Bente Bang—bolig 74
Birthe Olsen—bolig 62

Bruger og Pårørende Rådet på Hyrdehøj Plejecenter

BPR på Hyrdehøj Plejecenter arbejder efter nogle fælles vedtægter, der gælder for alle Bruger og Pårørende Råd i Roskilde Kommune. Vores opgave er at være bindeled mellem beboere, pårørende og ledelsen. Vi er et samarbejdsorgan og har ikke kompetence til at ændre på den enkelte medarbejders arbejde og den enkelte brugers pleje.

På Hyrdehøj Plejecenter har vi i BPR arbejdet for at skabe oplevelser for beboere og pårørende. Det har især været musikoplevelser i plejecentrets Cafe Sletten og i fælleskøkkenerne. BPR er desuden med i det lokale kvalitetsudvalg på plejecentret. I kvalitetsudvalget beslutter vi forbedringsprojekter. I 2024 har forbedringsprojekterne blandt andet handlet om kontaktpersonordningen og hvor medarbejderes dialog med hinanden med fordel kan foregå.

Som pårørende og beboer er I altid velkomne til at kontakte os enten pr. mail eller telefon.

Mange hilsner

Elin Jørgensen

Formand for BPR på Hyrdehøj Plejecenter

Tlf. 20 93 41 71

Mail: Elin.ellegaard@gmail.com

Bruger- og pårørenderådets medlemmer

Elin Ellegaard Jørgensen	Formand	
Lillian Skovkjær	Næstformand	
Vibe Andreasson	Kasserer	Skovkvarteret påørende
Lisbeth Hvilsom		Magnolie kvarteret påørende
Repræsentant fra Ældrerådet		
Hermant Pedersen	61 27 46 36	her- mand.pedersen@ya hoo.dk

Interne kontaktoplysninger på Plejecenteret

Hovednummeret til Plejecenteret: 46 31 36 50

Kontaktinformation

Redaktionen på Husavisen
 Helen Ghauri heleng@roskilde.dk.
 Linda Abildgaard linabi@roskilde.dk
 Ann-Maria Holde Nielsen annhni@roskilde.dk

Ledelse

Centerleder Vinni Lau Rasmussen	3084 1461	vinniras@roskilde.dk
Souschef Christina Lundgren Reffs	2445 1584	christinalr@roskilde.dk

Afdelingsledere

Charlotte I. Petersen Afdelingsleder for Magnoliekvarteret (lejl. 11-42) Træffes bedst i dagstimerne.	2382 6788	charlotteip@roskilde.dk
Thea Lautrup Ø. Frederiksen Afdelingsleder for Skovkvarteret, lejl 43-74 + lejl. 99-104 Træffes bedst i dagstimerne.	2443 1915	theafr@roskilde.dk
Lone Blach Afdelingsleder for Blomsterhuset, lejl. 1-10 Træffes bedst i dagstimerne.	2382 6793	loneblach@roskilde.dk
Britt Melgaard Afdelingsleder for Aften- og nat	2382 6480	brittsi@roskilde.dk

Interne kontaktoplysninger på Plejecenteret

Rengøring	2445 7832	
Vaskeri: Charlotte B. Jensen	2445 4435	charlottejen@roskilde.dk
Teknisk Service:		
Kim Berlin	4025 3293	kimmb@roskilde.dk
Jonas Hansen	2112 4363	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
Aktivitetskoordinator:		
Helen Ghauri	2445 4697	heleng@roskilde.dk
Ernæringsansvarlige:		
Katrine og Camilla (Magnolie kvarteret)		katrinels@roskilde.dk camillaer@roskilde.dk
Laila og Anette (Skovkvarteret)		lailad@roskilde.dk anettejep@roskilde.dk
Madservice Hyrdehøj:		
Koordinator Gitte Susanne Olsen	2939 9766	MadserviceHyrdehoej@roskilde.dk

Eksterne kontaktoplysninger på Plejecenteret

Omsorgstandplejen:	46 31 71 00	
Roskilde Kommune	46 31 30 00	

Husavisen kan downloades på vores hjemmeside:
plejehyrdehoej@roskilde.dk

Praktisk information

Fødselsdage:



Der holdes fælles fødselsdag 1 gang om måneden (den sidste fredag) i hvert kvarter med lagkage og hygge.



Afbestilling af mad:

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



Rickshawcykler:

Pårørende har mulighed for at benytte vores cykler. **Gå ind og meld dig til på cyklingudenalder.dk som pilot på Hyrdehøj Plejecenter.** Det kræver en kort oplæring i brug af cyklerne. Tag kontakt til Helen Ghauri på heleng@roskilde.dk.



Indlæg til husavisen:

Indlæg til næste måneds husavis skal sendes til Helen Ghauri heleng@roskilde.dk, sidste mandag i måneden inden kl. 12.



Bestilling af mad til pårørende:

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



Husk P-skive på parkeringspladserne.

Årshjulet for større begivenheder



Juni

Fejring af Skt. Hans
Mandag den 23. 6.25

Musik med Sangskatte og Vildkatte
Mandag den 30.6.25
Kl. 16.00-17.00

November

Husets fødselsdag
Mandag den 17.11.25.

December

Julefrokost
Onsdag den 17.12.25

Julehygge
Lucia optog

Borgermøder

Borgermøde den 5. maj 2025 i Magnolie kvarteret.

Vinni byder velkommen og velbekomme, da enkelte borgere endnu ikke er færdig med frokosten.

Vinni spørger ind til om alle har det godt, og om de nyder vejret og har været udenfor.

Der bliver talt om Danmarks befrielse og om mørklægningsgardinerne, der blev revet ned. Om oplevelserne og hvilket stor fællesskabsfølelse det gav. En dag vi aldrig glemmer.

Adspurgte om der er et godt samarbejde med personalet svarer borgerne at det er godt. At personalet behandler alle godt. Og de er meget tilfredse. Kontaktpersonalet er meget lydhør. Ellers ordnes det indbyrdes, som en borger sagde med et smil. En borger kommer med et spørgsmål om mulighed for at der er et "gæsteværelse", som kan stilles til rådighed, hvis man får overnattende gæster. Vinni siger, at det ikke er en mulighed, da boligerne er boligselskabets. Men at man kan få stillet en gæsteseng ind i egen bolig.

Et andet spørgsmål som var oppe at vende var, om hvor man kan afholde fx en fødselsdag for 12 personer. Vinni fortæller, at vi ikke må konkurrere med forsamlingshuse. Men at der på ledelsesplan må diskuteres hvad proceduren bør være, hvis der er 5-6 gæster og hvis der er under 15 gæster.

Der har været fint besøg af indenrigs- og sundhedsministeren Sophie Løhde, som talte med en borger. Det drejede sig om ernæringstilstanden på plejecentret. Generelt er borgerne glade for maden, og fortæller, at der er rigeligt af den. I Roskilde er der faste diætister tilknyttet de forskellige plejecentre.

Er der nogle særlige ønsker og input i forhold til aktiviteter, så tag fat i et personale!

I formiddags var der besøg af SAGA Vokalensemblet, som gav en lille befrielseskonzert. Det lød så smukt.

Vi byder velkommen til vores 2 nye aktivitetsmedarbejdere – Linda og Ann-Maria.

Vinni takker for et godt møde, og ønsker alle en fortsat god dag.

Borgermøder

Borgermøde den 13. maj 2025.i Skovkvarteret.

Vinni byder velkommen, og spørger om man nyder det gode vejr. Vinni spørger om gyngen bliver brugt, og da der bliver svaret nej, opfordrer Vinni til at bruge den.

Vinni præsenterer Linda, som er vores nye aktivitetsmedarbejder sammen med Ann-Maria, og som arbejder tæt sammen med Helen.

Jan (vores alt-mulig-mand) er i gang med at gøre grillene klar, og snart kan vi grille både pølser og bøffer. Glæd jer!

Da Vinni spørger om borgerne er tilfredse med brug af egne ressourcer og personalet fortæller en borger, at hun har haft dårlig erfaring med sit nødkald. Vinni fortæller, at hun vil undersøge sagen, og at borgerne selvfølgelig ikke skal sidde og vente for længe. Der kan opstå problemer, når der er elektronik involveret. Borgeren fortæller efterfølgende, at hun er glad for at bo her og er glad for personalet. Andre borgere fortæller ligeledes, at de er tilfredse.

Adspurgte om man er tilfreds med maden svarer borgerne, at det er udmærket mad og varieret, og at køkkenet gør sig umage. Vinni forklarer, at man kan ønske sig livretter.

Vinni læste aktiviteterne op for denne måned, og spurgte om der var andre ønsker til aktiviteter. Der var stor tilfredshed med musikken af Jens. Og flere gav udtryk for at gåture var på deres ønskeliste. Besøgshunde blev efterspurgt, og Helen vil undersøge dette.

Vinni takkede for et godt møde, og ønsker alle en fortsat dejlig dag.

Kommende borgermøder

Næste møde i **Skovkvarteret** er

Torsdag den 26. juni 2025 kl. 12.20-12.50.

Dagsorden for begge kvarterer:

- ☐ **Hvad rører sig**
- ☐ **Omsorg**
- ☐ **Værdighed**
- ☐ **Livskvalitet**

Næste møde i **Magnolie kvarteret** er

Mandag den 30. juni 2025 kl. 12.20-12.50.



Vi leder efter netop dig som frivillig

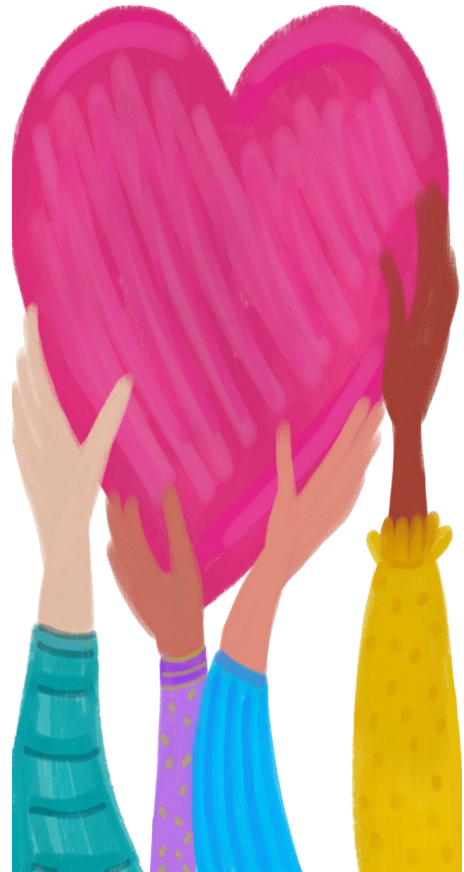
Vil du være frivillig hos os?

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

Tlf. 2445 4697.

Mallebrok og Lirum Larum

**Vi havde besøg af Spillegruppen Mallebrok & Roskilde
Folkedanserlaug Lirum Larum. Det var en fantastisk
eftermiddag fyldt med musik, sang og dans.**



Aktiviteter i maj måned

Befrielseskoncert ved SAGA Vokalensemble.
Tusind tak for dejlig, og rørende sang.



Jens spille musik til alle tider i Skovkvarteret.

Tak til BPR og Jens for musikken.



Tak til Winnie for musikken. Winnie spillede både på guitar, flygel og harmonika.



Jamen altså sikke en dejlig eftermiddag i skoven.

Dejligt med sang og guitar spil af Ann-Marie.

Der er igangsat en masse snak imellem hver sang .

Aktiviteter i maj måned



Dyb koncentration.

**Kom og vær med til
hjerne-gymnastik.**



**Onsdagscafe med Ei-
nar og mange flere.**

**Og der danses gerne
til musikken og sange-
ne.**



**Der hygges i
skovkvarteret
med Linda.**



Grundlovsdag

Hvornår er det Grundlovs Dag 2025

Hvert år fejrer vi den danske grundlov d. 5. juni.

Hvad er grundlovsdag?

Grundlovsdag er den dag, hvor vi fejrer vores forfatning. Det er med andre ord en dag, hvor vi fejrer, at den almindelige dansker fik en masse rettigheder over sig selv. I dag bliver grundlovsdag fejret af mange danskere over hele landet, men ligesom med 1. maj, så er det oftest fagforeningerne og de politiske partier, der afholder arrangementer på grundlovsdag.

Det er nemlig tradition for det danske samfund at fejre grundlovsdagen, og oftest bliver det gjort med politiske taler, som handler om vores fri samfund, og de frihedsrettigheder vi har fået igennem tiden. I modsætning til arbejdernes internationale kampdag den 1. maj, så fejrer mange borgerlige partier også grundlovsdag.

Om grundloven

Grundloven er den allerhøjeste lovgivning i det danske samfund. Det er den lov, som også tog magten fra kongen. Dermed er grundlovsdag også en markering på afskaffelsen af enevælden. Det er således, at før grundloven blev skrevet og gjort gyldig, så havde kongen den enevældige magt over landet. Og det har kunne skabe problemer før i tiden, for eksempel da landet blev styret af Kong Christian den 7., som var en virkelig speciel og decideret sindssyg konge.

Med grundloven blev der i stedet indført demokrati i Danmark. Og det betød at danskerne nu skulle til stemmeurnerne for at stemme på deres statsminister. Da grundloven blev underskrevet i 1844, var det dog kun en særlig gruppe af danskere, som kunne stemme. Kvinderne havde eksempelvis ikke nogen stemmeret – den kom først senere. Blandt andet i 1908 fik kvinderne ret til at stemme til kommunalvalget, men det var først syv år senere i 1915, at grundloven blev omskrevet, således at kvinderne også kunne stemme til folketingsvalget. Folketingsvalget i 1918 var således det første folketingsvalg, hvor kvinderne fik mulighed for at stemme.

Kilde: [Alt du skal vide om Grundlovsdag 2025 - Grundlovsdag](#)

Kære pårørende

Kære pårørende

Er der nogle af jer, der modtager kryds og tværser, som I ikke bruger. Vi ønsker kryds og tværs indlæg fra ugeblade eller lignende til beboerne, der er glade for at løse dem i fællesskab og med hjælp fra os.

Kærlig hilsen
Personalet

Så er cykelsæsonen skudt i gang. Cyklerne er klar-gjort.

Kom og vær med.

Meld jeg ind på:

Cykling uden alder-
book2go,
og tilmeld jer under Hyr-
dehøj Plejecenter.

Så kan I blive oplært og
komme ud at cykle med
borgerne på Hyrdehøj

Gudstjeneste



Kære alle.

I denne måned vil der være gudstjeneste

Fredag den 16. juni 2025 Kl. 13.00.

Gudstjenesten vil blive afholdt i
Cafe Sletten.



Præst Torben Jeppesen

Velkommen til de nye medarbejdere i huset.



Jeg hedder Linda, er 54 år og uddannet pædagog. Jeg har tidligere arbejdet som aktivitetsmedarbejder på to plejecentre i Præstø og var meget glad for arbejdet.

Det er dejligt at møde alle beboere og medarbejdere på Hyrdehøj og jeg glæder mig til at lave alle mulige aktiviteter med jer. Vi skal lave gymnastik, gå ture, spille spil, lave pynt til højtider og fester, synge, lytte til musik, køre på ture i lokalområdet med rickshaw-cyklerne og bussen, passe de smukke haver, lave håndarbejde og alt, hvad der er sjovt og rart.

Privat bor jeg i Karise sammen med min mand og når jeg holder fri er jeg motionist. jeg elsker vandsport, yoga, min have, musik og gode bøger.

Velkommen til de nye medarbejdere i huset.

Kære alle på Hyrdehøj
Plejecenter.

Jeg hedder Ann-Maria og er en af jeres nye
aktivitetsmedarbejdere!

Jeg er uddannet musikterapeut og har arbejdet
med musik inden for ældreområdet og som ak-
tivitetsmedarbejder siden 2016.



Jeg har to skønne børn og har boet vidt omkring i Danmark, lige fra
Vestsjælland, Nordjylland, Nordsjælland og nu Lejre Kommune.

Jeg glæder mig til at lære jer at kende og sammen finde ud af hvilke ak-
tiviteter vi skal kaste os ud i den kommende tid.

I vil noget af tiden komme til at se mig med en guitar, bag flyglet eller i
en musiklyttegruppe. Jeg plejer at sige: Hver fugl synger med sit næb;
altså ALLE kan synge. ”Man kan ikke synge og være sur” har jeg hørt
en beboer sige.

Ligeledes kan vi tage på busture i det blå og møde årstiderne, gå en tur,
cykle eller røre os til musik, spille banko, scrabble, puslespil, debattere,
snakke om rejser eller vi kan læse en skøn bog.

Jeg ser frem til at lære jer at kende, og sam-
men undersøge hvordan vi får dagene til at
flyve afsted som en leg, fyldt med liv, bevæ-
gelse og spændende sanseinput.

Forårshilsener
Ann-Maria



Kirkebilen

For gangbesværede og ældre, der bor i sognet, er der mulighed for at bestille en "kirkebil" til alle gudstjenester i Domsognet.

"Kirkebilen" er en almindelig taxa.

Derfor vil det ikke være muligt at tage kørestole med.

Ordningen er gratis for ældre og gangbesværede, som hører til Roskilde Domsogn.

Bestilling af kirkebilen:

Kirkebil bestilles på kordegnekontoret:

Mandag - fredag 10.00 - 15.00

på tlf. 46 35 58 14 eller

mail kordegn@roskilledomkirke.dk

Kirkebil til søndagens gudstjenester skal bestilles senest fredag kl. 12.



I denne måned har vi fødselarer i huset:



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

**1. Preben—skovkvarteret
16. Kurt—magnolie kvarteret
17. Niels—magnolie kvarteret
22. Lis T.—skovkvarteret
22. Jens Ole—skovkvarteret
23. Bente—magnolie kvarteret
26. Jette—blomsterhuset
Og
30. Jørgen—Skovkvarteret.**



Aftenmenu juni

SØN	Hønefrikassé	Sherryfromage
1	Med persille og agurkesalat	Med chokolade og nødder
MAN	Hakkebøf	Pandekage
2	Med skysovs,bløde løg og agurkesalat	Med is og jordbærsyltetøj
TIR	Forloren and	Hindbærgrød
3	Med skysovs,ribsgele og asier	Med fløde
ONS	Hjemmerøget laks	Chokoladefromage
4	Med hollandaise,citron og spidskålssalat	
TOR	Sprængt kam	Grundlovsdessert
5	Med stuvet spinat og gulerødder	(Rabarber trifli)
FRE	Gartnerens gryde	Koldskål
6	Med grønt og ost	Med kammerjunkere
LØR	Benløse fugle (gris)	Hvid chokolademousse
7	Med skysovs,rabarberchutney og surt	Med rabarber
SØN	Flæskesteg	Appelsinfromage
8	Med skysovs,broccoli og smørdampede gulerødder	Flødeskum og hakket chokolade
MAN	Stegt kylling	Isdessert med knas
9	Med skysovs,grøn salat med fløde/citron dressing	Chokolade og appelsin
TIR	Stegt kalvelever	Frugtsuppe
10	Med champignonsovs,bløde løg og agurkesalat	Med sommerbær og tvebakke
ONS	Sommertærte	Rabarbergrød
11	Med asparges,porre,kartoffel med grøn salat	Med fløde
TOR	Fiskefrikadeller	Chokoladebudding
12	Med grov urtesovs og råkost	Med flødeskum
FRE	Farseret blomkål	Tiramisu i glas
13	Med skysovs og agurkesalat	Pyntet med kakaopulver
LØR	Kalkunschnitzel	Is
14	Med champignonsovs,smørdampede gulerødder	Med krokant
SØN	Valdemarsdag	Jordbær
15	Stegt flæsk,persillesovs,nye kartofler og agurkesalat	Med fløde
MAN	Baconrulle	Fersken
16	Med skysovs,rysteribs og agurkesalat	Med makronflødeskum
TIR	Stegt fisk	Ymerfromage
17	Med smørsovs,citron og grønt vendt i smør	Med jordbærsovs
ONS	Frikadeller	Hindbærdessert
18	Med kold kartoffelsalat,agurk,purløg og tomat	Med flødeskum
TOR	Medister	Solbær/ribsgrød
19	Med stuvet sommerkål,rødbeder og sennep	Med fløde
FRE	Grøntsagsfrikadelle	Jordbær
20	Med stegte kartofler og spidskålssalat	Med fløde

Aftenmenu juni

LØR	Chili/vanille skinke	Rombudding
21	Med flødebagte kartofler og grøn salat	Med bærsøvs
SØN	Kalvefrikassé	Hyldeblomstfromage
22	Med nye grøntsager og persilledrys	Pyntet med flødeskum chokolade
MAN	Sankthans Grill	Jordbærtærte
23	Grillpakke med pølser, revelsben og tilbehør	
TIR	Krebinet	Chokoladeparfait
24	Med forårsgrønt og kartofler i peberodssøvs	
ONS	Æggekage	Jordbær
25	Med bacon, purløg, tomat og rugbrød	Med fløde
TOR	Kyllingefrikadeller	Stikkelsbærgrød
26	Med Skysovs og gulerødder	Med fløde
FRE	Røget makrel	Vafler
27	Med kartoffelsalat, agurk, tomat og purløg	Med boysenbær og flødeskum
LØR	Sommergryde	Bondepige
28	Med blomkål, gulerødder, og fine ærter	Med slør (æbledessert)
SØN	Nakkesteg	Baileysfromage
29	Med bacon, rysteribs og broccoli	Med flødeskum og chokolade
MAN	Lasagne	Koldskål
30	Med kantareller dertil salat	Med ristede havregryn

Spørgsmål omkring allergener kontakt køkkenet





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

Æret være deres minde!

Hanne Edit Paludan Kvint—bolig 19



Aktivitetskalender

Dato	
Søndag den 1.	
Mandag den 2. Uge 23	Kl. 10.00-10.45 – Gymnastik for kørestolsbrugere i Cafe Sletten med Linda. Kl. 11.00-11.45 – Motion for gående og rollatorbrugere i Cafe Sletten med Linda.
Tirsdag den 3.	Kl. 10.00-11.30 – Dameklub med Yvonne i Kilden og Lysningen. Kun for inviterede. Kl. 13.00 – Rickshawture ud i det blå i Magnoliekvarteret med Ann-Maria. Kl. 14.00-16.00 – Kreativ Café i Skovkvarteret med Linda.
Onsdag den 4.	Kl. 10.00-11.00 – Damernes gå-klub med Ann-Maria. Vi mødes i Cafe Sletten. Kl. 14.00-15.30 – Onsdagscafe i Cafe Sletten med Knud-Erik. Kl. 14.00-14.30 – Kaffe og kage. Kl. 14.30-15.30 – Hygge og fællessang.
Torsdag den 5.	Grundlovsdag
Fredag den 6.	Brunch
Lørdag den 7.	
Søndag den 8.	Pinsedag
Mandag den 9. Uge 24	2. pinsedag
Tirsdag den 10.	Kl. 10.00-11.30 – Bustur for Skov- og Magnoliekvarteret. Kl. 10.00-11.00 – Oplæsning af Yvonne i Skovkvarteret.

Aktivitetskalender

	Kl. 14.00 – Rickshawture ud i det blå i Skovkvarteret med Ann-Maria. Kl. 14.00-16.00 – Kreativ Cafe i Magnoliekvarteret med Linda.
Onsdag den 11.	Kl. 10.00-11.00 – Motion for herrer for gående og rollatorbrugere i Cafe Sletten med Linda. Kl. 10.00-11.00 – Damernes gå-klub med Ann-Maria. Vi mødes i Cafe Sletten. Kl. 14.00-15.30 – Onsdagscafe i Cafe Sletten med Ann-Maria. Kl. 14.00-14.30 – Kaffe og kage. Kl. 14.30-15.30 – Hygge, fællessang & musikquiz.
Torsdag den 12.	Kl. 10.00-11.30 – Dameklub med Yvonne i Kilden og Lysningen. Kun for inviterede. Kl. 10.30 – Musik med Ann-Maria. Kun for Blomsterhuset. Kl. 14 – "Musik og sang i højskolestil" i Skovkvarteret med Ann-Maria.
Fredag den 13.	Kl. 10.00-11.00 – Spille- & hjernegymnastik i Cafe Sletten. Kl. 13.00 - Gudstjeneste
Lørdag den 14.	
Søndag den 15.	
Mandag den 16. Uge 25	Kl. 10.00-10.45 – Gymnastik for kørestolsbrugere i Cafe Sletten med Linda. Kl. 11.00-11.45 – Motion for gående og rollatorbrugere i Cafe Sletten med Linda.

Aktivitetskalender

	Kl. 13.00 – "Musik og sang i højskolestil" i Magnolie kvarteret med Ann-Maria. Kl. 14.00 – Oplæsning af Linda. Kun for Blomsterhuset.
Tirsdag den 17.	Kl. 10.00-11.30 – Bustur for Skov- og Magnoliekvarteret. Kl. 10.30 – 3. klasserne fra Tjørnegårdsskolen kommer og synger for os i Cafe Sletten. Kl. 13.00 – Rickshawture ud i det blå i Magnoliekvarteret med Ann-Maria. Kl. 14.00-16.00 – Kreativ Café i Skovkvarteret med Linda.
Onsdag den 18.	Kl. 10.00-11.00 – Motion for herrer for gående og rollatorbrugere i Cafe Sletten med Linda. Kl. 10.00-11.00 – Damernes gå-klub med Ann-Maria. Vi mødes i Cafe Sletten. Kl. 14.00-15.30 – Onsdagscafe i Cafe Sletten med Einar m.fl. Kl. 14.00-14.30 – Kaffe og kage. Kl. 14.30-15.30 – Hygge og fællessang.
Torsdag den 19.	Kl. 10.00-11.30 – Bustur til Herslev Bryghus. Kun for inviterede. Kl. 10.00-11.00 – Oplæsning af Yvonne i Skovkvarteret. Kl. 13 – "Musik og sang i højskolestil" i Skovkvarteret med Ann-Maria.
Fredag den 20.	
Lørdag den 21.	
Søndag den 22.	

Aktivitetskalender

Mandag den 23. Uge 26	Kl. 10.00-10.45 – Gymnastik for kørestolsbrugere i Cafe Sletten med Linda. Kl. 11.00-11.45 – Motion for gående og rollatorbrugere i Cafe Sletten med Linda. Kl. 14.00 – Skt. Hans i de respektive kvarterer.
Tirsdag den 24.	Kl. 10.00-11.30 – Bustur for Skov- og Magnoliekvarteret. Kl. 14.00 – Rickshawture ud i det blå i Skovkvarteret med Ann-Maria. Kl. 14.00-16.00 – Kreativ Café i Magnolie kvarteret med Linda.
Onsdag den 25.	Kl. 10.00-11.00 – Motion for herrer for gående og rollatorbrugere i Cafe Sletten med Linda. Kl. 10.00-11.00 – Damernes gå-klub med Ann-Maria. Vi mødes i Cafe Sletten. Kl. 14.00-15.30 – Onsdagscafe i Cafe Sletten med Ann-Maria. Kl. 14.00-14.30 – Kaffe og kage. Kl. 14.30-15.30 – Hygge, fællessang & musikquiz.
Torsdag den 26.	Kl. 10.00-11.00 – Banko i Cafe Sletten. Kl. 10.30 – Musik med Ann-Maria. Kun for Blomsterhuset. Kl. 12.20-12.50 – Borgermøde i Skovkvarteret. Kl. 14 – "Musik og sang i højskolestil" i Skovkvarteret med Ann-Maria.
Lørdag den 28.	
Søndag den 29.	
Mandag den 30. Uge 27	Kl. 10.00-12.00 – Tøjsalg til damer og herrer af Tøjstativet i Cafe Sletten. Kl. 12.20-12.50 – Borgermøde i Magnolie kvarteret. Kl. 13.00 – "Musik og sang i højskolestil" i Magnolie kvarteret med Ann-Maria. Kl. 16.00-17.00 – Sangskatte & Vildkatte i Cafe Sletten.

Forbehold for ændringer.

Kom og vær med!

Kom og vær med!

Mandage kl 10-10.45

Gymnastik for kørestolsbrugere i Café Sletten.

Mandage kl 11.

Motion for rollatorbrugere. Vi styrker og bevæger hele kroppen i Café Sletten.

Tirsdage.

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

I Magnoliekvarteret 14 til 16 i lige uger & Skovkvarteret fra kl 14 til 16 i ulige uger.

Alle er meget velkomne.

Onsdage kl 10.

Motion for herrer i Café Sletten. Holdet er til herre, der er gående/rollatorbrugere. Vi arbejder med at styrke og vedligeholde hele kroppen samtidigt med at vi hører god musik og har det sjovt.



På gensyn

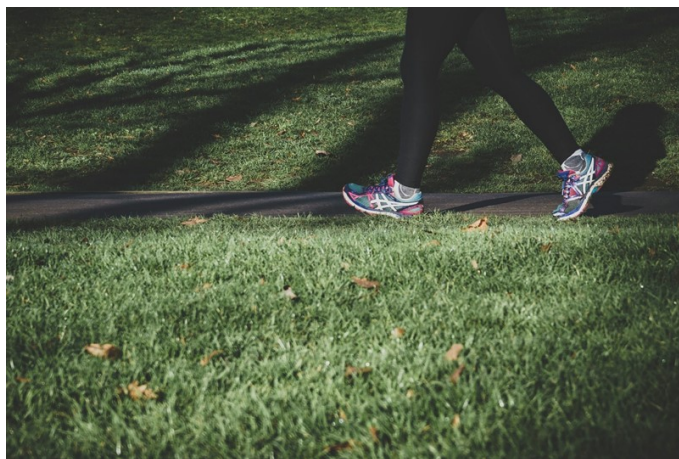
Linda

Kom og vær med!

Kom og vær med!

Onsdage kl. 10

mødes vi i Cafe Sletten til ”Damernes gå-klub”.



Onsdagscafé d. 11.6. og d. 25.6.:

Kl. 14-14.30: Kaffe og hygge.

Kl. 14.30-15.30: Fællessang og undervejs musikquiz.

I Cafe Sletten.

På gensyn

Ann-Maria

Tøjsalg i Cafe Sletten.



DEN 30/6-25 FRA 10.00-12.00

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

DER KAN BETALES MED VISA DANKORT,
OVERFØRSEL,

KONTANT ELLER MOBILPAY

HÅBER AT SE JER!!!

Hyrdehøjs frivillige



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

Fraværende: Poul og Irene.

Velkommen til: Winnie og Hanna.

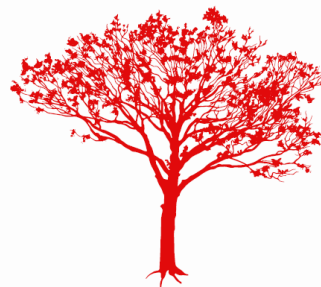
Hvis I støder ind i disse skønne mennesker i kvartetterne og i Café Sletten, så møder I vores frivillige, som gør et stort arbejde.

De gør et stort stykke arbejde. De er besøgsvenner og hjælper til med forskellige aktiviteter, fx onsdagscafeen.

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

VÅGETJENESTEN

Ingen skal dø alene



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

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

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

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

JEG DØR EN LILLE SMULE FOR
HVERT SEKUND DER GAAR JEG
BÆRER DØDEN MED MIG
IGENNEM LIVETS AAR. EN
NAT, MAASKE EN MARTSNAT,
SAA MILD AF REGN OG TØ,
SKAL JEG GAA BORT I MØRKET
OG HOLDE OP AT DØ

GRETHE RISBJERG THOMSEN
"MAASKE EN MARTSNAT"



Vågetjenesten

Roskilde og Lejre



Kryds og Tværs

	PRIK-KEDE		LUGE	PÅ SVENSK BILER	ROMERTAL 2		FØRL	VAND-LØB	
	7 - 4			GRØNT LAG SOLO			GRINEDE SPILLET		
					DYR				
UD-BRUD			TUD DRIK						
PÅ NORSKE BILER		GIK OP				GRAM LANDE			
TIT					TO ENS				BRUTAL
	SY								
			KORN-SORT FØR K				HAR LOV KRONER		
VAND-LØB		HAVE EFTER Z			TID-LIGERE FØR B				18. BOG-STAV
UNDER-LIG			FUPPER						

Bolignummer: _____

Navn: _____

Løsning inkl. navn og bolignummer afleveres til Helen Ghauri senest den 25/6-25 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:

AMLIE PEDERSEN- MAGNOLIE KVARTERET.

Husk at sende din kryds og tværs besvarelse til mig.



**Præmie:
En æske chokolade**