



HYRDEHØJ P R E S S E N



April 2023



Lederen —side 3-4

Hyrdehøjs frivillige—side 32

Mød en medarb.—side 22

Pårørende tilbud—side 19

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 16/1-23	8-10
Interne kontaktoplysninger	11
Eksterne kontaktoplysninger	12
Praktisk information	13
Årshjulet for større begivenheder.....	14
Nyt om borgermøder	15-17
Aktiviteter i marts måned	18
Pårørende tilbud	19
Gudstjeneste.....	20
Blomsterhuset.....	21
Mød en ny medarbejder	22
Meld jer!	23
Fødselsdage.....	24
Gratis ledsageordning.....	25
Afsked.....	26
Aftenmenu for april.....	27-28
Aktivitetskalender	29-30
Frivillige.....	31-33
Vågetjenesten	34
Månedens opgave og månedens vinder	35-36
Påskefrokost på Hyrdehøj	37
Oplysning til borgere og pårørende/Banko og busture.....	38-39

Kære Alle



Ja, så blev det officielt forår selvom vi stadig kan få sne og frost. Men jeg synes, at der har været mange dejlige dage med høj solskin og klart vejr.


Verdenen omkring os er stadig usikker, og krigen i Ukraine fortsætter. Vi venter stadig på regeringens udspil at "frisætte" ældre området.

Vi har igennem den sidste tid både haft kommunalt tilsyn af BDO og tilsyn fra arbejdstilsynet. Begge dele er gået rigtig godt samtidig med, at vi fik en delt 1. plads og en 2. plads i veje indsatsen her i kommunen.

Vores personaler er engagerede og dygtige medarbejdere, der enten har en erhvervsuddannelse som social-og sundhedshjælper eller social- og sundhedsassistenter, eller sygeplejersker og ergoterapeut, som har en mellemlang videregående uddannelse, som professionsbachelor. Derudover har vi unge mennesker tilknyttet, som læser og ønsker et fritidsjob.

Hovedparten af vores medarbejdere er kvinder, selvom vi prøver at "lokke" mændene indenfor.

De har familier, store og små børn bliver store og små sorger og går på arbejdet hver eneste dag for at gøre et godt stykke arbejde inden for det område, de er uddannet til.



Men vi har ikke og kan ikke have en nulfejls kultur, vi er mennesker, der har med mennesker at gøre, og derfor vil der opstå fejl og mangler. Nogle gange pga. manglende forventningsafstemning og kommunikation og andre gange pga. misforståelser eller fejlfortolkninger.

Vi arbejder fokuseret på netop fejl og mangler og prøver meget ihærdigt at lære af de fejl vi laver, og derfor bliver utilsigtet fejl også indberettet og bearbejdet i det daglige.

Derudover er vi i gang med at redigere vores velkomstmateriale samt forventningsguide ved indflytning. Basen bliver SST værdighedshjulet og vi vil lægge megen vægt på netop forventningsafstemningen fra start af, da alle undersøgelser peger på, at det er der, det allerede går galt, når det går galt.

Kort sagt, er vi i en lærende og udviklende kultur, der gerne vil gøre det bedste vi kan inden for de rammer og lovgivning, der er udstukket af politikerne.

Rigtig god påske og forår.

Vinni Lau Rasmussen

Centerleder

Velkommen til nye beboere



VELKOMMEN!

Ann Hjørdis Melander—bolig 19
Ingrid Else Ingeborg Jakobsen—bolig 101
Mogens Chresten Olesen—bolig 61

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

Elin Jørgensen	Formand	Skovkvarteret Pårørende
Dennis Kurt Skernby	Næstformand	Interesseret borger
Gert Jensen	Kassér	Interesseret borger
Kirsten Alvang	Bestyrelses- medlem	Blomsterhuset på rørende
Tordis Sværke	Bestyrelses- medlem	Interesseret borger
Vibe Andreasson	Bestyrelses- medlem	Skovkvarteret på rørende
Repræsentant fra Ældrerådet		
Judith Fjelstrup	20 65 26 15	judith.fjelstrup@webspeed.dk

Nyt fra Bruger- og pårørenderåd

Kære beboere og pårørende.

Vi måtte desværre aflyse musikarrangementet med "De Finurlige" d. 15. marts 2023. Om formiddagen fik vi at vide, at gruppen ikke kunne spille på grund af sygdom. Vi håber, at alle nåede at få besked i tide og beklager meget, hvis nogle af jer er gået forgæves. Et nyt arrangement er nu ved at blive planlagt. I hører fra os, når det er på plads 😊.

Mange hilsner

Bruger og Pårørende Rådet for Hyrdehøj Plejecenter

AFLYST

Spillemandsgruppen De Finurlige kommer og spiller i
Cafe Sletten, onsdag den 15. marts.





ROSKILDE KOMMUNE

Hyrdehøj plejecenter BPR

Beslutningsreferat af BPR-mødet d. 16. januar 2023 kl. 13 på Vinnis kontor

Dagsorden

1.	Konstituering af bestyrelsen for BPR Hyrdehøj Plejecenter	15 min	Beslutning
2.	Nyt fra Vinni <ul style="list-style-type: none">• Økonomi• Indsatser• Udfordringer	10 min	Orientering
2.	Arshjul Planlægning af årets aktiviteter Elin	20 min	Beslutning
3.	Status på oprettelse Nemkonto Elin	10 min	Orientering
4.	Kommunikation og aktiviteter ift. Pårørende <ul style="list-style-type: none">• Indflytningssamtale Vinni• Erfaring med Nytårskur	20 min	Drøftelse og beslutning
5.	Evt.		

Der var afbud til mødet fra Gert Ragner Jensen.

Ad. 1

Bestyrelsen konstituerede sig for de næste 2 år på følgende måde:

Formand Elin Jørgensen
Næstformand Dennis Kurt Skernby
Kasserer Gert Ragner Jensen

Øvrige bestyrelsesmedlemmer

Tordis Sværke
Kirsten Alvang
Vibe Andreasson



ROSKILDE KOMMUNE

Hyrdehøj plejecenter BPR

Beslutningsreferat af BPR-mødet d. 16. januar 2023 kl. 13 på Vinnis kontor

Ad. 2

Økonomi: Hyrdehøj Plejecenter har endnu ikke fået et budget for 2023 fra kommunen. Punktet tages op

Indsatser: Teamsamarbejde: Hyrdehøj Plejecenter arbejder fortsat med at udvikle teamsamarbejdet blandt personalet. Et af målene er, at den enkelte borger oftere møder det samme personale, og at personalet oplever en større frihed i arbejdet.

Sproget: Personalet arbejder desuden med sproget. Hvordan møder man pårørende? Hvordan skaber man et værdigt møde.

Nye uniformer: Der arbejdes på, at personalet kan få nye uniformer, der er mere anvendelige til det arbejde, de skal udføre.

Nyt system: Der arbejdes desuden på at indføre et nyt KMD-system.

Udfordringer:

Sygefravær: Der er fortsat mange langtidssyge på plejecentret.

Coronaregler: Plejecentret arbejder fortsat med Corona regler med testning og karantæne for personale. Det påvirker plejecentrets arbejde.

Ad. 2

Vi aftalte følgende BPR-bestyrelsesmøder i 2023: d. 18. april, d. 18. september og d. 27. november. Alle møder holdes på Vinnis kontor fra kl. 13 til 15.

Desuden aftalte vi at holde et pårørendemøde løbet af efteråret. Dato ikke fastlagt endnu, samt at sende et nyhedsbrev til pårørende hvert kvartal.

På mødet i september skal vi drøfte rådets initiativer i 2024 og udarbejde en ansøgning til Roskilde Kommunes frivilligpulje.

Så snart vi har fået en tilbagemelding på ansøgningen om frivilligmidler for 2023, planlægger vi, hvilke musikarrangementer vi skal holde for beboere og pårørende i 2023.



ROSKILDE KOMMUNE

Hyrdehøj plejecenter BPR

Beslutningsreferat af BPR-mødet d. 16. januar 2023 kl. 13 på Vinnis kontor

Ad. 3

Status for BPR's Nemkonto er, at den kan være oprettet pr. 1. februar.

Ad. 4

Indflytningssamtaler: Pjecen, der skal bruges i forbindelse med indflytningssamtaler blev kommenteret, og forslag til ændringer blev noteret af centerleder Vinni Rasmussen. Næste skridt er at afprøve samtalerne og pjecen på nye indflyttere og pårørende.

Nytårskur: Alle var enige om, at nytårskuren for brugere og pårørende var en succes med godt fremmøde. Vi besluttede, at de pårørende historier, som blev fremlagt af BPR, sendes ud i nyhedsbreve til pårørende i anonymiseret form.

Ad. 5

Vi havde en snak om, hvor meget arbejde der egentlig ligger i at arbejde i BPR.

Ref. Elin Jørgensen d. 17/1 2023

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 hverdagene

Britt Melgaard
 Afdelingsleder for
 Skovkvarteret, lejl. 43-74 + lejl. 99-104

23826480

brittsi@roskilde.dk

Træffes bedst i hverdagene

Lone Blach
 Afdelingsleder for
 Blomsterhuset, lejl. 1-10
 Træffes bedst i hverdagene

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



April **18.4.23 kl. 14.00-15.30**
Sang og musik med Loge nr. 5,
Dr. Margrethe.

19.4.23 kl. 14.00-15.30
Kage buffet i forbindelse med
Onsdagscafe i Cafe Sletten.

Borgermøder i Skovkvarteret den 8/3-23

Vinni byder velkommen til. Solen er fremme, og vi kan snart komme udenfor, dog med et lille tæppe på. I marts måned er vejret ofte uregelmæssigt, men nu er vi i det mindste kommet ind i forårs månederne.

Hvad rører sig:

Der er påskefrokost den 29. marts 2023. Menuen vil blive hængt op. I år er sidste gang vi har St. bededag, da den er blevet afskaffet. En borger giver udtryk for at, ”mon ikke fagforeningerne blander sig?”. Er der nogle, der skal se pinsesolen danse?

Til orientering vil der være håndværkere i de større ophold, da der skal sættes glasvægge op.

Der har været BDO tilsyn, og de har talt med både pårørende og borgere, læst alt fra dokumentation til medicin og set på samarbejdet. Den højeste karakter er 6 og den laveste 1, og man bliver vurderet i 6 kategorier. Vi fik fem 6-taller og et 5-tal.

Arbejdstilsynet har ligeledes været på Hyrdehøj, og her fik vi en grøn smiley.

Der skal afholdes forventningssamtaler, når borgere flytter ind, og der sker tilpasning i forhold til de brochurer, vi har på nuværende tidspunkt.

Vi har fået nye medarbejdere den 1. marts 2023.

Vi får nye badges med ”ny i job”, så vi kan se, at vi skal hjælpe og passe på dem.

Der er givet udtryk for at husavisen har været forsinket, og det tager vi til os og bestræber os på at udsende den inden for de 2 første hverdage.

Aktiviteter:

Der er mange aktiviteter bl.a. cykling (borger skal blot nyde det, og skal ikke selv cykle), busture, gåture, onsdagscafe og banko. Husk, at hvis du har ønsker, så fortæl det til et personale, Morten eller Helen.

Borgermøder i Skovkvarteret den 8/3-23

Mad & måltider:

En borger fortæller, at hun gerne vil have råkost ikke blot gulerødder og rosiner. Borger fortæller endvidere, at hun flere gange har været i køkkenet og fortælle det, dog uden held. Det vil personalet tale med køkkenet om.

En anden borger fortæller, at ”maden er ikke for voksne mennesker”. Adspurgt fortæller han, at retterne generelt ikke er gode, fx spaghetti. En borger giver udtryk for, at der er for mange kødløse dage. Vinni fortæller, at det er politisk bestemt, at vi skal være mere grønne. Borgeren besvarer dette med, at ”de (politikere) burde skamme sig”. Vinni siger, at på de kødløse dage kunne man evt. gå i Kvickly og købe frikadeller eller lignende. De kan man sagtens.

En borger fortæller, at hun får saftevand, selvom hun har frabedt sig dette. Vinni spørger personalet, og i mappen står der, at borger skal have vand. Borgeren fortæller, at hun sagtens kan sige det til personalet, men synes, at det er underligt. En borger siger dog, at tidligere var maden ikke varm, men der er sket en forbedring, så lidt ros er der til køkkenet.

En borger giver udtryk for, at der aldrig er alkohol til maden. Vinni siger, at man altid er velkommen til at købe sit eget. Og der bliver serveret snaps om søndagen— for, som en borger pointerer, så ved vi, det er søndag.

Plejen:

Personalet er dygtige og arbejder godt, og lærer nye ting hele tiden.

Vi er ikke fejlfrie, og vi lærer af vore fejl, og dialog og kommunikation er vigtige.

Ønsker:

En borger siger, at det er ærgerligt, at da præsten var syg, at der ikke blev sendt en afløser, så gudstjenesten ikke blev aflyst. Der undersøges, om det er muligt fremadrettet, at der kan komme afløsere.

Vinni takkede for et godt og konstruktivt møde med god dialog og input.

Borgermøder i Magnolie kv. den 13/3-23

Charlotte byder velkommen til borgermødet. Foråret er på vej og det er snart påske, alt begynder at spire frem i jorden, og man kan mærke, at solen er begyndt at varme.

Hvad rører sig:

Påskefrokosten den 29. marts, og der spørges ind til, om der er snaps til frokosten, og det bliver der indkøbt.

Der har været BDO tilsyn, hvilket var gået godt. Vi har fået fem 6-taller og et fem tal. De har talt med pårørende og personale, og gennemgået journaler, medicin og dokumentation. Alt i alt ser det godt ud på Hyrdehøj Plejecenter.

Arbejdstilsynet har været på besøg, og vi har fået en grøn smiley. Det betyder, at de har gennemgået vores plejehjem og set personale arbejde med forflytninger osv.

Aktiviteter:

Vi har mange aktiviteter i huset. Der bliver spurgt, om der ønskes andre aktiviteter, men der er ikke nogle ønsker. Vi har Morten, som cykler ture, og bussen kører en gang om ugen, og så er der onsdags Cafeen og banko.

Plejen:

Der er tilfredshed med plejen. Det er nogle søde piger.

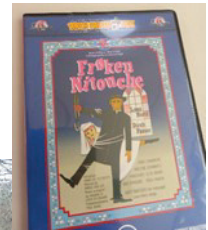
Mad & Måltider:

Der er stor tilfredshed med maden. Der ønskes æbleflæsk. Der er en ønske krukke, hvor man kan ønske en ret. Man skal sige det til personalet.

Ønsker:

Der gives udtryk for om der kan sættes gardiner op i fællesstuen, da solen står lige ind af vinduerne. Dette vil Charlotte gå videre med.

Aktivitet i marts måned



PÅRØRENDETILBUD

Kære pårørende.

Roskilde kommune har flere tilbud, der henvender sig til pårørende. Nedenfor har vi samlet nogle af de tilbud, som kan være relevant 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 omstændigheder 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. april 2023 Kl. 13.00.

Gudstjenesten vil blive afholdt i Cafe Sletten.



Præst Torben Jeppesen

Blomsterhuset



Lidt billeder fra Blomsterhuset, hvor vi hygger, spiser og spiller banko!

Mød en ny medarbejder



Jeg hedder Kamilla og blev uddannet som social og sundhedsassistent i 2019.

Jeg er gift med min mand Christian og vi har sammen to børn, Mads på 6 år og Emma på 5 år.

Jeg er startet i Skovkvarteret den 1. marts 2023.

Vi søger beboere der har lyst til at være klummeskrivere eller komme med andre 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.—Betty (skov)
- 3.—Sonja (mag.)
- og
- 4.—Tommy (mag,)

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

Johnny Falkenstrøm Pedersen

Anny Bækkel Koba

Birgit Margrethe Hyldal

Inge Birthe Christensen

Flemming Jensen

Ann Hjørdis Melander



Aftenmenu april

LØR	Krebinet	Rejecocktail
1	Med skysovs og citronbagte rodfrugter	Med pynt
SØN	Stegt kylling	Chokoladebudding
2	Med skysovs, rabarberkompot og agurkesalat	Med flødeskum
MAN	Førløren and	Æblegrød
3	Med skysovs, tyttebær og surt	Med fløde
TIR	Lasagne	Nougatfromage
4	Med hvide bønner, rodfrugter og hvidkålsalat	Med bærsøvs
ONS	Fisk i fad	Bærsuppe
5	Med æble, hvidvinssovs, citron og ærter	Med ristet havregryn
TOR	Mørbrad á la crème	Rabarbertrifli
6	Med kartoffelgratin og agurkesalat	Med flødeskum
FRE	Hamburgerryg	Fragelitéroulade
7	Med stuvet spinat og gulerødder	Med hindbærpure
LØR	Gullasch	Fersken
8	Med kartoffelmos og drueagurker	Med makronflødeskum
SØN	Flæskesteg	Islagkage
9	Med hjemmekogt rødkål og brunede kartofler	Hjemmelavet nøddebund og bailey is
MAN	Lammesteg	Gammeldags æblekage
10	Med flødebagte kartofler, spinatsalat med appelsin	Med flødeskum
TIR	Hakkebøf	Vafler
11	Med skysovs, bløde løg og asier	Med boysenbær og flødeskum
ONS	Medister	Solbær/ribsgrød
12	Med stuvet hvidkål, rødbeder og sennep	Med fløde
TOR	Marrokansk gryderet	Panna cotta
13	Med kikærter og abrikos	Med hjemmelavet rabarbersirup
FRE	Stegt fisk	Ymerfromage
14	Med persillesøvs, citron og gulerodssalat med sennep	Med jordbærsøvs
LØR	Nakkesteg	Aspargessuppe
15	Med bacon, rysteribs og broccoli	Med friske grønne asparges
SØN	Sprængt kalkun	Pistaciefromage
16	Med peberrodssøvs, smørdampede gulerødder	Med hakkede pistacienødder og pynt
MAN	Gartenerens gryde	Chokoladeparfait
17	Med grønt og ost	Med hindbærsøvs
TIR	Skinkeschnitzel	Blommer i rom
18	Med skysovs, brasede kartofler og fine ærter	Med råcreme
ONS	Fisk florentine	Rabarbergrød
19	Med spinat, citron, hvidvinssovs og bagte gulerødder	Med fløde

Aftenmenu april

TOR	Biksemad	Rombudding
20	Med rugbrød og rødbeder	Med brombærsovs
FRE	Kyllingefrikadeller	Muldvarpeskud
21	Med stuvet spidskål og rødbeder	(Sveskedessert)
LØR	Revelsben	Tarteletter
22	Med skysovs, rabarberkompot og agurkesalat	Med høns i asparges
SØN	Mørbradgryde	Citronfromage
23	Med bacon, cocktailpølser og drueagurker	Med flødeskum og chokoladepynt
MAN	Kødboller	Pandekager
24	Med hvidvinssovs, spidskålssalat med gulerødder	Med is og brombærsyltetøj
TIR	Fiskelasagne	Stikkelsbærgrød
25	Med råkost	Med fløde
ONS	Stegt kalvelever	Rabarbersuppe (lun)
26	Med bløde løg, skysovs og asier	Med frossen flødetop
TOR	Frikadeller	Chokolademousse
27	Med stuvet ærter og gulerødder, samt surt	Med flødeskum
FRE	Grøntsagsbiksemad	Vanilleis
28	Med søde kartofler og kikærter	Med kirsebærsovs
LØR	Kylling	Forårsløgsuppe
29	Med sherrysovs, bagte bønner med bacon og løg	Med radise/agurke kompot
SØN	Rullesteg/persille	Sherryfromage
30	Med skysovs og rødbedesalat med peberrod	Med chokolade og nødder

Spørgsmål omkring allergener kontakt køkkenet



Aktivitetskalender

Lørdag den 1.	
Søndag den 2.	
Mandag den 3.	KL. 10.00-11.30 – Dameklub i Kilden – kun inviterede. KL. 13.00 – Bustur med Morten og personale for Magnolie kvarteret.
Tirsdag den 4.	KL. 14.15-16.00 – Biograf i de respektive afdelinger. Morten deltager i Magnolie kvarteret.
Onsdag den 5.	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 6.	Skærtorsdag
Fredag den 7.	Langfredag
Lørdag den 8.	
Søndag den 9.	Påskedag
Mandag den 10.	2. påskedag
Tirsdag den 11.	KL. 10.00-10.45 – Stolegymnastik med Sanne i Cafe Sletten. KL. 14.15-16.00 – Biograf i de respektive afdelinger. Morten deltager i Skovkvarteret.
Onsdag den 12.	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 13.	KL. 13.00 – Bustur med Morten og personale for Skovkvarteret.
Fredag den 14.	KL. 11.00 - Brunch KL. 13.00-13.30 – Gudstjeneste i Cafe Sletten
Lørdag den 15.	
Søndag den 16.	
Mandag den 17.	KL. 10.30-11.30 – Herreklub med Morten i Lysningen. KL. 13.00-14.00 – Banko i Cafe Sletten.
Tirsdag den 18.	Krea-dag i Magnolie kvarteret med Morten. KL. 14.00 - Loge nr. 5, Dr. Margrethe kommer og synger i Cafe Sletten.

Aktivitetskalender

Onsdag den 19.	<p>Morten på bustur med Blomsterhuset - tidspunkt aftales. Kl. 14.00-15.30 – Onsdagscafe i Cafe Sletten. Kl. 14.00-14.30 – Kagebord fra Køkkenet og kaffe Kl. 14.30-15.30 – Musik, hygge, dans og fællessang. Kl. 16.00-16.30 – Morten spiller musik i Blomsterhuset.</p>
Torsdag den 20.	<p>Kl. 10.30-11.30 – Banko i Cafe Sletten. Kl. 13.00– Bustur med Morten og personale for Magnolie kvarteret.</p>
Fredag den 21.	<p>Kl. 10.30-11.00 – Musik & hygge – leg med instrumenter med Morten i Cafe Sletten.</p>
Lørdag den 22.	
Søndag den 23.	
Mandag den 24.	<p>Krea-dag i Skovkvarteret med Morten.</p>
Tirsdag den 25.	<p>Kl. 14.15-16.00 – Biograf i de respektive afdelinger. Morten deltager i Skovkvarteret.</p>
Onsdag den 26.	<p>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.</p>
Torsdag den 27.	<p>Kl. 10.00-11.30 – Bustur med Morten og personale for Skovkvarteret.</p>
Fredag den 28.	<p>Kl. 10.30-11.00 – Musik & hygge – leg med instrumenter med Morten i Cafe Sletten.</p>
Lørdag den 29.	
Søndag den 30.	

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.

Fortæl os hvad du kan byde ind med!

**Vi kan bruge alles hænder og hoveder.
Vær med til onsdagsarrangementer, banko, søndagsarrangementer, gudstjeneste, læs op fra aviser/bøger, tale om stort og småt.**

Kontakt Helen på heleng@roskilde.dk

Hyrdehøjs frivillige



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

Fraværende: Bente Juul.

Hvis I støder ind i disse skønne mennesker , så møder du 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

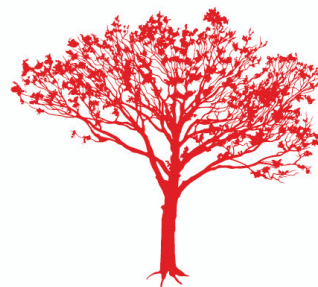
lise@hogstad.dk eller ring på 4292 0592,

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



Svar på kryds og tværs

Vinder af månedens opgave

Og vinderen er:

Birthe Maas.

Stort tillykke.

Send din kryds og tværs til mig



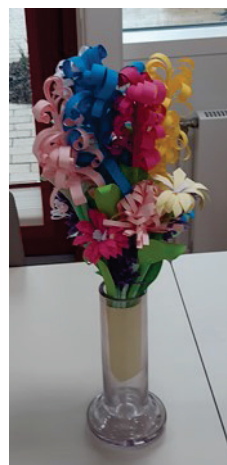
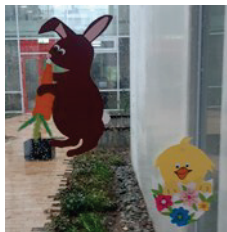
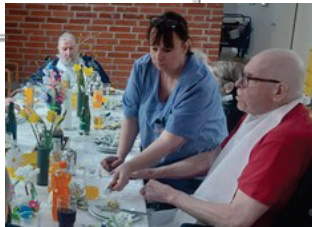
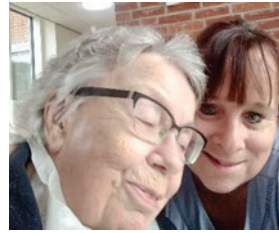
**Præmie:
En æske chokolade**

Påskefrokost på Hyrdehøj

Menu
Påskefrokost
29. marts 2023

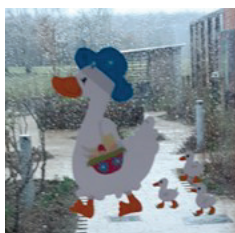
- Hvide sild med løg og capers.
- Fiskefileter med remoulade og citron.
 - Ribbensteg med rødkål.
- Æg med rejer, citron og mayonnaise.
- Roget laks med rørræg og asparges.

- Ostefad med druer og peberfrugter.
 - Frugtsalat med chokolade.



Den fine pynt i Skovkvarteret er lavet af vores kære kollega, Anette Jeppesen.

Tak Anette.



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.

I juni måned ”cykler vi til Paris”, hvor vi cykler mod andre plejecentre, og den, der kører længst vinder, og vi har en gang vundet en 1. plads  og sidste år fik vi en 2. plads



Meld dig og kom og vær med til at vinde.



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).

