

Rundt om Søndervang



November 2017

*Hjerterum, rummelighed og plads
til forskellighed – hele døgnet*

PLEJEHJEM
Søndervang

Nyelandsvej 87

2000 Frederiksberg

Telefon 38 87 32 16

sdr.vang@frederiksberg.dk

www.plejeboligerne-soendervang.dk



Redaktion

Iben Nørhede, Leif Hansen, Alice Sønderup,
Helle Poulsen, Sonja Prebensen, Otto Schou,
Minna Dahl, Ruth Sørensen, Bente Nielsen, Kirsten
Søndergaard, Kirsten Hauch, Axel Juul, Søs, Jacob

Redaktionsmøde november 2017

Den 1. november og den 15. november kl. 10.15

i **Kultur-Værkstedet**.

Nye medlemmer til redaktionen er altid velkommen!



Månedens forsidebillede

I oktober måned har vi kørt rigtig mange ture i vores bus. Vi har kørt en masse flotte løvfaldsture, både i Nordsjælland og Dragør. Udover disse køreture har vi også været en tur i Operaen og se Rigoletto samt en tur til Det Nye Teater, hvor vi så Annie Get Your Gun. Denne måneds forsidebillede er taget fra netop denne tur, hvor vi ser de forventningsfulde deltagere, stå i den flotte hall inden forestillingen. I baggrunden ses den imponerende trappeopgang samt en smuk byste. Vi havde en rigtig god tur med god musik og underholdning, hvilket gav en masse smil på læben og noget at snakke om i en rum tid herefter.

Det ovenstående billede er taget oppe fra vores spise-stue. Her ses Ulla, Alice og Jacob i færd med at spille Ludo. Efterhånden som vi spillede kom der flere tilskuere til som kiggede interesserede med. Ludospillet står til fri afbenyttelse oppe i vores dagligstue ved siden af spisestuen. Skulle andre spil ønskes så tag en snak med din kontaktperson eller Søs og Jacob, så indkøber vi de ønskede spil.

Kære Alle

I sidste blad fortalte jeg, at Søndervang den 26. og 27. september 2017 havde uanmeldt kommunalt tilsyn. Vi har nu modtaget den endelige tilsynsrapport. Søndervang opnåede 5 point (det højest mulige) i alle 7 temaer, hvilket alle i personalegruppen naturligvis glæder sig over (den endelige rapport findes på vores hjemmeside). Trods dette gode resultat, er alle medarbejdere dog fortsat ydmyge over for opgaven, *"at yde den aller bedste individuelle pleje til jer beboere"*. Alle i ledergruppen har stort fokus på faglig ledelse uanset om det drejer sig om sygepleje eller maden i køkkenet. Gennem *faglig ledelse* ønsker vi at inspirere alle medarbejdere til at gøre deres arbejde endnu bedre, så jeres hverdag bliver tryk og meningsfuld.

Jeres oplevelser og ønsker som beboere på Søndervang er der konkret mulighed for at drøfte på næste beboer/pårørende møde den 20. november 2017.

Mødet foregår i spisestuen fra kl. 15.30 -17.00 (dagsordenen findes længere fremme i bladet). Desuden vil Frederiksberg kommune igen gennemføre en brugertilfredshedsundersøgelse, denne bliver i januar 2018.

Gennem længere tid har der været stor fokus på madens kvalitet og den 15. januar 2018 genoptager vi afholdelsen af kostmøder, så I oplever en reel mulighed for at blive hørt i forhold til jeres ønsker til maden. Desuden fortsætter vi samarbejdet med Københavns Madhus om nye

arbejdsgange og varierede menuer/mellemmåltider. Samtidig arbejdes der på at få flere økologiske råvarer bragt ind i madproduktionen. Målet er et sølvmærke i økologi sidst i 2018.

Den 21. november 2017 er der kommunalvalg. Der er mulighed for at brevstemme på Søndervang den 7. november, idet der vil komme valgtilforordnede rundt i Søndervangs 4 teams. De beboere, som ønsker selv at komme på rådhuset og stemme, har mulighed for dette. Man skal blot henvende sig til en af afdelingssygeplejerskerne, der vil arrangere at I følges til rådhuset. Dette vil i så fald være en klippekortsydelse.

Husk i øvrigt at henvende jer til personalet hvis I har ønsker om at anvende jeres klip. I november og december vil Lone Work blive frikøbt i kiosken, hvis nogen af jer ønsker ledsagelse til fx julegaveindkøb, julepyntning, deltagelse i julegudstjeneste eller andet.

Alle ønskes en rigtig dejlig november måned. Selv glæder jeg mig til at gense Rom, hvor jeg traditionen tro vil fejre min bryllupsdag med et glas Champagne på den Spanske trappe. Så pas på Søndervang indtil vi ses igen mandag den 6. november.

De bedste hilsner Lene Wichmann, Forstander

Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

November er den sidste efterårsmåned og nu er de fleste blade faldet fra træerne. Mange mener, at november er en lang og kedelig måned men det er jo også den måned vi forbereder os til lysfesten i december. Her på Søndervang tænder vi juletræet i haven torsdagen før 1. søndag i advent. Forhåbentlig kommer kulden og sneen ikke så tidligt i år, men når vi har været på vores efterårsture og set på løvfaldet, har vi set der er mange bær på buske og træer og det plejer at betyde at vinteren vil blive hård og kold. Men der er sørget for fuglene.

I Kultur-Værkstedet holder vi os inden døre og skal se film, høre musik og quizze. Vi skal selvfølgelig også røre os, så vi prøver noget nyt med at spille ballonbadminton. Vi får besøg af to asiatiske piger, som vil lære os at folde papir og vi skal mødes en formiddag hvor vi tegner og maler. Det bliver en hyggelig måned og vi glæder os til at se jer alle sammen.

Redaktionsgruppen

Onsdagene den 1. og den 15. november klokken 10.15 er der Redaktionsgruppe i Kultur-Værkstedet. Redaktionsgruppen er med til at planlægge den kommende måneds aktiviteter samt skrive indlæg i månedsbladet med meget mere. Alle er velkomne til at være med.

Ballonbadminton

Onsdag den 1. november kl. 13.30 vil vi prøve noget nyt i Kulturværkstedet. Vi vil nemlig spille badminton med bal-

loner som bolde. Det skal nok skabe grin og latter, når ballonerne driller os under spillet. Efter kampen slutter vi af med en kop kaffe og kage til ganen.

Vi spiller Billard

Vi spiller Billard hver fredag klokken 10.00 i Dagligstuen ved Spisestuen. Her er der mulighed for at spille en gang Billard med andre beboere, få en gammel dansk og vågne på eller en god kop kaffe. Vil man bare kigge på er dette også muligt. Alle er velkomne.

Vi spiller Banko

Vi spiller Banko fredag den 3. november klokken 13.30 i Kultur-Værkstedet. Vi spiller 3 spil af 1 række, 2 rækker og fuld plade. Der er gevinst ved hvert spil til de heldige. En plade koster 10 kroner. Efter endt spil hygger vi med kaffe, the og god kage.

Café i Kulturværkstedet

Mandag den 6. november klokken 14.00 inviterer Kultur-Værkstedet til Café med kakao og kager. Vi køber kager hos bageren og nyder den til kakaoen. Det er jo tid til at finde hyggen inden for.

Kommunalvalg 2017

Du kan brevstemme til Kommunalvalget 2017 tirsdag den 7. november fra kl. 10.00. Der kommer tilforordnede fra rådhuset rundt på afdelingerne og i plejeboligerne.

Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

Avisgruppe

Hver tirsdag klokken 10.00 læses der op fra aviser i Kultur-Værkstedet. Vi læser både Frederiksberg Bladet, Lokalbladet og Berlingske Tidende. Skulle nogen ønske det, bliver vores månedsblad også læst op. Det bliver også til en snak om løst og fast samt refleksion over det vi har læst. Vel mødt.

Fællessang

Hver tirsdag eftermiddag kl. 13.15 er der mulighed for at få rørt stemmen. Vi synger sange som hører årstiden til eller hvad vi finder i sangbøgerne, som er med stor skrift, så de fleste kan læse teksten. Én gang om måneden kommer forhenværende organist Jette og spiller til vores sang. Vi slutter af med kaffe og en småkage.

Vi synger normalt i Kulturværkstedet, men tirsdagene den 14. og 21. november synger vi i Kirkerummet.

Quiz: Trivial Pursuit

Onsdag den 8. november kl. 13.30 spiller vi Trivial Pursuit. Her kan du få testet din paratviden sammen med os andre. Vi spiller som regel med to hold, hvor vi hjælper hinanden. Når det første hold har fået alle "oste" og svaret på de sidste spørgsmål er der kaffe og kage til alle.

Foredrag om Helen Keller

Fredag den 10. november kl. 13.30 kommer Annette Bohn

og fortæller om Helen Keller, som blev foregangskvinde for mange døvblinde, da hun ikke ville, at hendes handicap skulle sætte begrænsninger for kunne have det liv hun ønskede sig. Hun fik sig en uddannelse og arbejdede som lærer og var politisk aktivist.

Film: "Det grå guld"

Hvordan får man råd til det man ønsker sig? To pensionister går i banken for at låne pengene til at fuldføre drømmene, men kan ikke låne noget. Bankrådgiveren har også lyst til at komme ud og opleve noget, så de tre bliver enige om at røve banken. Det giver nogle sjove situationer, vi kan grine af, når filmen bliver vist i Kultur-Værkstedet mandag den 13. november kl. 14.00. vi starter med en kop kaffe inden lysen slukkes.

Quiz: Århundredespillet

Kan du huske, hvad der skete i sidste århundrede? Ellers kan du komme ned og være med til at genopfriske begivenhederne gennem Århundrede-spillet mandag den 13. november kl. 18.30.

Damekomsammen

Vi holder fast i at mødes til Damekomsammen én gang om måneden og i november mødes vi onsdag den 15. november kl. 14.00. Denne gang skal vi nyde et glas hvidvin og et lille stykke laksemad. Alt mens vi snakke om de ting, der rører os lige nu og eventuelt tager vi en lille quiz.

Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

Vi spiller Schuffleball

Så er det tid til at udfordre hinanden i præcision, udholdenhed og tålmodighed, når kuglerne sendes afsted på banen for at lande i de pointgivende felter. Vi mødes fredag den 17. november kl. 13.30 og efter anstrengelserne slapper vi af med en kop kaffe.

Beboer – Pårørende møde

Mandag den 20. november kl. 15.00 er der beboer – pårørende møde i spisestuen. Forstander Lene Wichmann vil orientere om livet på Søndervang og der vil være mulighed for at stille spørgsmål.

Kunstgruppen og museumsbesøg

Mandag den 20. november kl. 18.30 mødes kunstgruppen igen. Denne gang vil vi have fokus på vores kommende tur til Louisiana. Her udstiller den Hollandske fotograf Rineke Dijkstra sine portrætter af fortrinsvis børn og unge mennesker. Hendes store fotografier og filmværker er mesterlige studier i menneskeligt nærvær, der viser, hvorfor hun regnes for en portrætkunstner i verdensklasse. Vi vil snakke om Rineke Dijkstra, hendes portrætter og baggrunden for hendes kunst. Onsdag den 22. november kl. 10.30 kører vi så afsted til Louisiana. Ved ankomsten spiser vi frokost og ser derefter udstillingen. Der er egenbetaling på cirka 250-300 kroner. Dem som skal med får en invitation fra Kultur-Værkstedet.

Uge 44

- On. 1. Nakkekotelter med paprikasauce og ovnstegte kartofler bagte selleristave. *Blomkålssuppe*
- To. 2. Biksemad med spejlæg, rødbedder og rugbrød. *Rødgrød med fløde*
- Fr. 3. Høns i aspargessauce med kartofler med persille. *Øllebrød med skum*
- Lø. 4. Gullasch med kartoffelmos og drueagurker *Hønskødssuppe med mel og kødboller, flutes*
- Sø. 5. Flæskesteg med rødkål, kartofler og surt *Is med vafler*

Uge 45

- Ma. 6. Forloren harre med tyttebær, kartofler og surt *Risengrød med saft*
- Ti. 7. Stegte sild med løgsauce og kartofler *Linsesuppe*

-
- On. 8. Brunkål med flæsk og bacon, kartofler
Klatkager med syltetøj
- To. 9. Hakkebøf med bløde løg, sauce og kartofler og små tomater. *Tomatsuppe med fiskeboller*
- Fr. 10. Stegt and med sauce orange, pommes risolles. *Æblekage med flødeskum*
- Lø. 11. Dampet fiskefilet med remoulade, citron og kartofler. *Gulerodssuppe med fennikel*
- Sø. 12. Ribbensteg med rødkål, brunsaucе og kartofler. *Fersken med flødeskum*

Uge 46

- Ma. 13. Kylling i karry med ris køkkenes kompot
Blomkålssuppe
- Ti. 14. Frikadeller med stuvet ærter og gulerødder med persilledrys. *Rabarbergrød med fløde/mælk*
- On. 15. Sprængt oksebryst med peberrodssauce, kartofler og surt. *Tarteletter med sauce cardinale (rejer og asparges, hummersauce)*

-
- To. 16. Svinehjerter med persille, flødesauce og hvide kartofler bagte gulerødder.
Citronfromage med flødeskum
- Fr. 17. Medisterpølse med rødkål, kartofler og sennep. *Jordskokkesuppe (kartofler, løg) med ristede mandler*
- Lø. 18. Stegt kylling med brun sauce, stegte kartofler og agurksalat. *Stikkelsbærgrød med mælk/fløde*
- Sø. 19. Gl. Davs oskesteg med glaceret gulerødder og løg, kartoffelmos. *Rejecocktil med kuvertbrød*

Uge 47

- Ma. 20. Jægergryde med pølser, champion og ris, grønne ærter. *Kartoffelsuppe med porre*
- Ti. 21. Pølser med varm kartoffelsalat, sennep og ketchup. *Jordbærgrød med fløde/mælk*
- On. 22. Fiskefrikadeller med persillesauce, hvide kartofler citron. *Gullaschsuppe*
- To. 23. Stegt flæsk med persillesauce, hvide kartofler og rødbeder. *Byggrød med kanelukker og smør*

Fr. 24. Lasagne med salat med mormor dressing og flutes. *Klar suppe med mel og kødboller, flutes*

Lø. 25. Bankekød med grov kartoffelmos og surt *Alliancegrød med mælk/fløde*

Sø. 26. Hamburgryg med stuvet spinat og kartofler, surt. *Pandekager med syltetøj*

Uge 48

Ma. 27. Boller i karry med ris, mango chutney *Majssuppe*

Ti. 28. Stegt kalvelever med bløde løg, kartofler og rødbeder. *Jordbærgrød med fløde/mælk*

On. 29. Svinekam boulangere, skysauce og surt *Grønærtesuppe*

To. 30. Dampet fisk med sennepsauce, kartofler *Risengrød med saft*

*Ret til ændringer forbeholdes
Det er muligt at få oplyst evt. allergener i køkkenet
Velkomme!*

Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

Tur til Lufthavnen med Metroen

Der har været et ønske om at komme på tur med Metroen. Torsdag den 23. november kl. 13.00 tager vi Metroen ud til lufthavnen, hvor vi nyder en kop kaffe inden vi kører mod Frederiksberg igen.

Vi lytter til blandet musik

I denne måned spiller vi meget blandet musik fredag den 24. november kl. 13.30. Det er musik fra alle genre, så har du noget ynglings musik som du gerne vil høre, så sig til i god tid, så vi kan få fat i musikken. Hvis I selv har noget musik, I synes andre kan få glæde af, så tag det med.

Origami – japansk papirfoldning

Mandag den 27. november kl. 14.00 får vi besøg af to asiatiske piger, som vil vise os, hvordan man kan lave flotte figurer af papir. Vi skal selvfølgelig også prøve det selv, men de bærer nok over med os, hvis vi er lidt fummelfingrede.

Vin og ost

I denne mørke tid har vi brug for at hygge os med noget lækkert, så mandag den 27. november kl. 18.30 byder vi på et glas rødvin og lidt ost og pølse. Og på "grammofonen" sætter vi noget hyggemusik på.

Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

Teatertur: Linie 3 på Operaen

Teaterturen onsdag den 29. november kl. 17.00 går igen til Operaen på Holmen. Men denne gang er musikken i den lettere genre, for vi skal se et show med Linie 3 som sammen med Trine Gadeberg laver en flot julekoncert, hvor de blandt andet tager nogle af de bedste julesange under kærlig behandling. Prisen for denne forestilling er 460 kr. inkl. den natmad vi spiser sammen efter forestillingen.

Vi tænder juletræet i haven

Så nærmer julen sig og det er jo blevet en tradition at vi sammen tænder vores juletræ i haven. Vi mødes i haven torsdag den 30. november kl. 15.30 hvor der er udskænkning af gløgg eller kakao med æbleskiver og julekage. Klokken 16.00 bliver juletræet tændt og vi hygger os med julemusik og varme drikke.

Vi har sagt farvel til

Anna Hansen Bolig 011

Nyt fra terapien



Efteråret har været i forandringernes tegn i terapien, og november bliver ingen undtagelse.

Der har i slutningen af oktober været en reovering af den store træningssal, hvilket har givet os et dejligt nyt rum, som vi glæder os til at tage i brug til en masse gode aktiviteter fremover.

Derudover har vi i terapien fået en ny kollega, Martin, som starter den 1. november.

Martin er 36 år og har en bred erfaring fra både plejecentre og genoptræningscentre og er uddannet både ergoterapeut og fysioterapeut. Han er ansat i stillingen som fysioterapeut.

Vi glæder os til at tage imod Martin, og ser frem til at kunne få mere træning og flere aktiviteter i gang på Søndervang.

For at markere ovenstående, holder terapien en lille åbningsreception

Torsdag den 2. november kl. 11.00

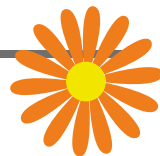
Der vil blive serveret lidt sunde snacks og drikke, og man vil her kunne se vores flotte nye lokale, høre lidt om terapiens muligheder, samt hilse på vores nye fysioterapeut Martin.

*Vi glæder os til at se jer.
Med venlig hilsen Terapien*

Beboer- og pårørendemøde

Mandag den 20. november 2017

kl. 15.30-17.00 i spisestuen



Dagsorden:

- Orientering om organisering – herunder ledelse og personale i de enkelte teams
- Beboertilfredshedsundersøgelse i 2018
- Køkkenet under omorganisering/kostmøder
- "Hvordan er det at være beboer på Søndervang" – ønsker til hverdagen
- Status klippekort – ½ time ekstra pr. uge
- Evt.

Jeg glæder mig til et konstruktivt møde med en god og åben dialog.



De bedste hilsner
Lene Wichmann, Forstander

(Der serveres kaffe, frugt og et glas vin)



Kan du gætte fra hvilken sang denne linje er taget:

"alt flygted storken over strand"

(dette er tredje linje af første vers i en kendt efterårssang)

Titlen på sangen skrives på kuponen nederst på siden,
og **afleveres i den sorte postkasse**, der hænger
ved siden af døren til Værkstedet (ergo)

inden den 24. november 2017.

Hver måned bliver der udtrukket en vinder
blandt alle rigtige løsninger.

Oktober måneds quizvinder blev: Ole Christensen bolig oo6

Oktober måneds quizsvar: Jens Vejmand – hvem sidder der



November måneds sang er:

Indsendt af:

Bolig:

Info og nyt fra kiosken



Jeg tilstræber at have et varieret og sæsonbestemt udvalg.

For at sikre I får det I har brug for, er det muligt at aflevere en bestillingsseddel i kiosken senest tirsdag eftermiddag og varerne kan afhentes samme sted om torsdagen.

I november måned er der tilbud på isene 20,- og 2 stk. 35,- Godt at have lidt i fryseren.

Isen er en god økologisk is fra SKARØ, som er en lille ø i Det Sydfynske øhav.

Kom over i kiosken og nyd en kop kaffe, the eller lidt koldt at drikke. Inviter gerne dine gæster med.

Kig endelig ned i kiosken, der vil ofte være nyheder, som frisk frugt, kage/brød fra bageren, blomster eller hvad jeg ellers finder på.

Torsdage er der friske blomsterbuketter mod forudbestilling.

Studiekreds 29. november kl. 15-16

i cafeen på 1. sal, ved Birgitte Veit.

Lone er på arbejde weekenden 18. og 19. november
Program følger senere. Kom gerne med forslag
Du kan også købe din skrabe kalender hele november og måske er det dig der vinder i år.



Kom og vær med, når vi tænder
Søndervangs juletræ

Torsdag den 30. november 2017

Vi mødes i haven kl. 15.30

Alle er velkomne

Ved boderne serveres varme drikke
og smagsprøver på julen.

Køkkenet har lidt julelækkerier på aftenbuffet'en til
almindelig buffetpris: kr. 25,- ekskl. drikkevarer.

Husk det varme tøj

Spisestuen åbningstider

- Morgen kl. 7.45-9.30
- Middag kl. 12.00-13.30
- Eftermiddagskaffe fra 14.00
– sættes frem i dagligstuen (bolig 15)
- Aftensmad kl. 17.30-19.00

Der vil være personale til stede.

Kiosk og Café

I Caféen kan beboere i kioskens åbningstid fra kl. 10.00-14.00 få kaffe. Der er også mulighed for at købe øl og vand samt "en lille én til halsen".

Tlf. 38 87 32 16 - følg guiden

Salg af madbilletter

Hverdage kl. 10.00-14.00

Helligdage og weekends kl. 11.00-15.00

Månedens navne i november 2017

Fødselsdage		Bolig
04. nov.	Alice Sønderup	003
09. nov.	Hans Christian Brøns	032
18. nov.	Liselotte Garberg	413
21. nov.	Anne-Lise Brøns	032
24. nov.	Kirsti Lykke Ryelund	409
25. nov.	Torben Bernhardttsen	406

Vi ønsker stort tillykke til alle

Nye beboere		Bolig
Grete og John Jeppesen		034
Lillian Jensen		301
Lisbet Jensen		316

Flyttet

Erik Larsen bolig 301 flyttet til plejehjem i Vallensbæk

Krondiamantbryllup

Henning Skjold Larsen bolig 215 og hans kone Ellen har den 8. november været gift i 65 år. De afholder en lille reception i Konferencerummet på Galleri-gangen fra kl. 14.30 hvor alle er velkommen til at komme og hilse på parret.