

# Rundt om Søndervang



December 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**

Lise Brøns, 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 december 2017**

Den 6. december og den 20. december kl. 10.15

i **Kultur-Værkstedet**.

Nye medlemmer til redaktionen er altid velkommen!



## **Månedens forsidebillede**

November er mørk tid. Men november er også tiden op mod december hvor vi så småt begynder med lys og alt juleriet. Vi har traditionen tro altid juletræstænding den sidste torsdag i november på plejehjemmet. Her tænder vi Søndervangs juletræ i haven mens vi får varme drikke og æbleskiver. Som altid sker hele herligheden under en dalende sne, da vi altid giver snegaranti denne dag.

Denne måneds forsidebillede er taget fra sidste års juletræstænding hvor vi ser Lirekasse manden underholde os med juletoner. I år afholdes juletræstændingen torsdag den 30. november klokken 15.30. Vi glæder os til at se jer.

Ovenstående billede er taget fra et af vores arrangementer i Kultur-Værkstedet. Her ses bandet TRIO spille op til sang med sange som vil alle kendte og kunne synge med på. Vi havde en rigtig hyggelig eftermiddag sammen. I december vil vi flere gange skulle blive underholdt med sang. Vel mødt i Kultur-Værkstedet i december.

# Kære Alle

---

Så blev juletræet igen tændt under stor bevågenhed. Det er dejligt at Søndervang hvert år kan samle så mange mennesker i haven til sne, æbleskiver og gløgg.

2017 har været et både spændende og udfordrende år. Som beskrevet på beboer/pårørendemødet i november er Søndervang ved at komme på plads igen efter de seneste omstruktureringer i plejeboligerne og i køkkenet.

Plejeboligerne fortsætter i 2018 under konstitueret afdelingssygeplejerske Pia Sehesteds ledelse, med at definere plejeopgaverne og fremmøde t af personale. Herunder implementeres "Prioriteringstrappen" som et redskab til at styre plejeopgaverne så optimalt som muligt i forhold til plejeopgaverne, og det antal af medarbejdere, som er på arbejde.

Samtidig arbejdes der på hele Søndervang videre med kompetenceudviklingen af personalet. I 2018 vil der især være fokus på medicin håndtering og implementering af det nye dokumentationssystem CURA (Implementeres i maj måned).

I 2018 arbejdes der også videre på udviklingen af køkkenet. I samarbejde med Københavns Madhus defineres "det gode måltid" til ældre samt sammensætningen af personale. Den 15. januar 2018 er der kostmøde, hvor vi genoptager samtalen om jeres konkrete



ønsker. Det er Søndervangs ønske at I får så stor valgfrihed som mulig i forhold til jeres måltider.

Samtidig er det fortsat bestyrelsens og medarbejdernes ønske at fortsætte arbejdet med at støtte jer beboere i en oplevelse af "det gode ældre liv" så i 2018 er der fortsat fokus på træning og ernæring som vigtige fokusområder for det fysiske velvære. Områder, som understøttes af gode oplevelser i samarbejde med "kulturværkstedet", hvor: foredrag, udflugter, underholdning, vinsmagning og hygge ses som en naturlig del af en indholdsrig hverdag.

Jeg og medarbejderne glæder os til 2018, hvor vi fortsætter med at støtte op om "jeres gode liv". Jeg er glad for at stå i spidsen for en organisation, hvor jeg synes, vi er nået frem til en god balance mellem det socialfaglige og det fagfaglige. På Søndervang er der en organiseret balance mellem hverdag og fest.

Jeg glæder mig til 2018 – og til at skåle med jer alle den 18. januar, hvor der er nytårskur for alle beboere i spisestuen.

Alle ønskes en rigtig dejlig jul og et godt nytår. Tak til alle beboere og pårørende for gode samtaler og et godt samarbejde i 2017.

*Kærlig hilsen Lene Wichmann, Forstander*

# Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

---

*December er ifølge vores kalender årets første vintermåned som varslers mørke og kulde. Men december er også glæden og forventningens måned hvor vi traditionen tro bliver grebet af en trang til at være godgørende mod andre, i december giver vi til hinanden. Den 21. december er det vintersolhverv som er årets korteste dag, herefter går vi langsomt men sikkert mod lysere tider. December er kulde og mørke ude men heldigvis varme, julehygge og lys indendørs.*

*Kultur-Værkstedet i december står i julens tegn. Vi skal blandt andet spille julebanko med sidegevinster, lytte til julemusik, pynte vores juletræ og så skal vi selvfølgelig afholde vores traditionsrige julefrokost i Spisestuen med god mad og underholdning.*

*Må I alle have en rigtig god december og I ønskes en glædelig jul og godt nytår her fra os i Kultur-Værkstedet.*

## **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.



## **Café i Kultur-Værkstedet**

Mandag den 4. december klokken 14.00 afholder vi café i Kultur-Værkstedet. Det er muligheden for at møde andre beboere, snakke og socialisere. Her vil blive serveret en god kop kaffe eller the samt lidt godt til maven. Alle er mere end velkomne.

## **Vi kører bytur og ser julelysene**

Tre mandage klokken 16.00 i december kører vi en tur ud i byen og ser julelysene i byens gader. Turen vil blandt andet bringe os forbi Rådhuspladsen, indre by og Kongens Nytorv hvor vi skal se julelysene på D'Angleterre. Da vi kører i vores bus, med et begrænset antal pladser, er det vigtigt at I som har interesse melder jer til.

## **Kunstgruppen mødes**

Mandag den 4. december klokken 18.30 mødes kunstgruppen i Kultur-Værkstedet hvor vi skal høre et foredrag om de 5 + 1 fra Wien. Foredraget vil hænge lyst sammen med de to sidste museumsbesøg, på henholdsvis Nivågård og Louisiana. Foredraget holdes af Erik Andersen fra bolig 14. Efter de vise ord serveres kaffe, the og kaffe til at fordøje det hele. Vel mødt til en spændende aften i kulturens tegn.

# Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

---

## Indkøbsture til Rødovre Centeret

I december måned vil Lone og Jacob kører tre indkøbsture til Rødovre Centeret. Har du gaver som du mangler at købe, vil du forkæle dig selv lidt eller vil du bare ud og mærke juleræssets stemning så meld dig til eller hiv fat i Lone eller Jacob og lav en aftale. Der vil også være mulighed for at tage en kop kaffe eller måske spise en frokost hvis der er stemning for dette. Vi kører tirsdage den 5., 12. og 19. december klokken 10.00. Der er egenbetaling på turen.

## 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. I december synger vi julesange. Den 19. december kommer forhenværende organist Jette og spiller til vores julesange. Vi slutter af med kaffe og en småkage.



---

## **Vi spiller julebanko**

Vi spiller julebanko onsdag den 6. december klokken 13.30. I anledningen af julen spilles der om lidt større præmier samt sidegevinster til de heldige. Vi spiller som altid tre spil af 1. række, 2. rækker og fuld plade. En plade koster 10 kroner. Kom og spil med, man ved aldrig om du skulle være den heldige der kommer hjem med en masse præmier. Efter spillet får vi kaffe, the og en god kage. Held og lykke.

## **Julekoncert med Hospitalskoret**

Hospitalskoret kommer og synger for os onsdag den 6. december klokken 16.00 med et brag af en julekoncert. Er du ikke kommet i julestemning endnu er du det garanteret efter koncerten. Vel mødt.

## **Børnehavekor Midgården**

Torsdag den 7. december klokken 11.00 vil Midgårdens børnehavekor komme og gå Lucia i Spisestuen. Hvis vi er heldige har de også et par julesange med i ærmet. Efter koncerten vil børne blive i huset og spise deres medbragte madpakker, så der er rig mulighed for at møde sangstjerneerne.



# Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

---

## **André Rieu koncert**

Det er med stor stolthed at Kultur-Værkstedet kan præsentere den verdensberømte violinist, komponist og dirigent, André Rieu på Søndervang Plejehjem. Da André Rieu er en meget travl mand og må vi dog nøjes med at opleve ham på vores tv-skærm. Vi viser André Rieu koncert på tv fredag den 8. december klokken 13.00.

## **Vi lytter til julemusik**

Mandag den 11. december klokken 18.30 lytter vi til julemusik i Kultur-Værkstedet. Har du nogle ønsker så kom og forhør dig hos Søs eller Jacob, så er jeg sikker på at ønsket kan opfyldes. Det er jo trods alt jul. Efter musikken serveres kaffe, the og kage.

## **Vi pynter juletræet i Kultur-Værkstedet**

Onsdag den 13. december klokken 10.00 pynter vi juletræet i Kultur-Værkstedet. Vi bruger det pynt vi har i vores mange julekasser. Undervejs spiller vi lidt julemusik og byder måske på en småkage med mere.

## **Julehygge med gløgg og æbleskiver**

Onsdag den 13. december klokken 13.30 julehygger vi med Gløgg og æbleskiver i Kultur-Værkstedet. Arran-

---

gementet afsluttes med Luciaoptog klokken cirka 16.00 ligeså i Kultur-Værkstedet.



## **Luciaoptog fra Godthåbskirken**

Det er efterhånden en tradition at Godthåbskirken dramahold kommer og går Lucia hos os. I år foregår det klokken 16.15 hvor de starter på team 4 og går derefter på team 3, team 2 og afslutter i dagligstuen.

## **Husets julefrokost**

Julen er traditionernes tid og ingen jul uden julefrokost. På Søndervang Plejehjem afholdes huset traditionsrige julefrokost torsdag den 14. december klokken 12.30 i Spisestuen. Her vil blive serveret god mad og drikke krydret med god underholdning.

## **Vi spiller Ballonbadminton**

Danmark har verdens bedste badmintonspiller. Det skal vi forsøge at leve op til når vi spiller ballonbadminton i Kultur-Værkstedet fredag den 15. december klokken 13.30. Her spiller vi med en ballon og alternativ ketcher. Efter al motionen kan kaffe, the, kage og den kommende julemiddag indtages med god samvittighed.

---

## **Vi julequizzer**

Mandag den 18. december klokken 18.30 afholder vi den traditionelle julequiz i Kultur-Værkstedet. Her vil du blive testet på din viden om juletraditioner med meget mere. Vi hjælpes ad med at finde svarene på de nogen gange svære spørgsmål. Efter al hjernegymnastikken får vi kaffe, the og kage.

## **Vi bager julesmåkager**

Onsdag den 20. december klokken 13.00 bager vi julesmåkager i Kultur-Værkstedet. Her er muligheden for at bage, lugte og smage løs på alle herlighederne og for alvor blive klar til juleaften. Er man heldig kan man også få lidt småkager med hjem til resten af julen.

## **Vi hører om juletraditioner i andre lande**

Julen nærmer sig med hastige skridt. Fredag den 22. december klokken 13.30 skal vi høre hvordan juletraditionerne er i andre lande. I Holland er det for eksempel "Zwarte Piet" som den 5. december aflevere gaver i en kurv uden for døren. Alle samles om et stort kagebord om hvor gaverne pakkes ud. Hvordan julen holdes i andre lande må I møde op for at høre mere om. Vel mødt.

### Uge 48

- Fr. 1. Speggetti bolanaise  
*Fersken med hindbærflødeskum*
- Lø. 2. Rejecocktail med flutes. Perlehønebryst med  
svampesauce stegte kartofler
- Sø. 3. Brasseret skank med rodfrugter og  
kartoffelmos. *Husets fromage*

### Uge 49

- Ma. 4. *Hokkidosuppe med kokosmælk*  
*Skinkegryderet med champignon og ris*
- Ti. 5. Stegt kalvelever med paprikasauce og  
ovnstegte kartofler. *Chokolademousse*
- On. 6. *Tomatsuppe med fiskeboller*  
*Karbonader med stuvet blomkål*
- To. 7. Gratineret torsk på spinatbund  
*Abricosgrød med fløde*



- 
- Fr. 8. *Aspargessuppe*  
Bøf saute stranganoff med kartoffelmos
- Lø. 9. *Nakkekotelet i fad, kartofler og råkostsalat*  
*Hindbærroulade*
- Sø. 10. *Karrysuppe med ris og mandler*  
Kalkunbryst med bagte rodfrugter og  
svampesauce ovnstegte kartofler

## **Uge 50**

- Ma. 11. *Boller i selleri med kartofler*  
*Rødgrød med fløde*
- Ti. 12. *Hønskødssuppe med boller*  
Kalvehjerteragout med kartoffelmos
- On. 13. *Gule ærter med flæsk, medister og*  
*røget flæsk. Pandekager med syltetøj*
- To. 14. *Julefrokost*
- Fr. 15. *Risengrød med smør og kanel*  
Stegt laks med stuvet spinat og kartofler



---

Lø. 16. *Sagosuppe*. Gullasch med kartoffelmos

Sø. 17. Flæskesteg med rødkål. *Islagkage*

## **Uge 51**

Ma. 18. *Petit Marmit (okse og hønsekødssuppe)*  
Karrygullasch med ris og chutney

Ti. 19. Fiskefrikadeller med remoulade og  
citroner kartofler. *Øllebrød med skum*

On. 20. *Gulerodssuppe med fennikel*. Vildtragout med  
kartoffelmo med rodfrugter, tyttebær

To. 21. *Linsesuppe*. Nakkekotelet med skysauce og surt

Fr. 22. Frikadeller med stuvet hvidkål kartofler  
*Kirsebær trifili*

Lø. 23. *Kartoffelsuppe med bacon*. Lasagne med salat

Sø. 24. Andesteg og flæskesteg brun sauce, rødkål,  
svesker og asier  
*Ris a la mande med kirsebærsauc*

---

## Uge 52

- Ma. 25. *Laksesnittet med asparges*  
Hamburgerryg med flødekartofler
- Ti. 26. *Indbagt svinemørbrad med dijonsauce*  
*Henkogte pære med flødeskum*
- On. 27. *Mannagrød med kanel*  
Hakkebøf med bløde løg og kartofler, surt
- To. 28. *Oksekødssuppe. Chiken a la king med ris*
- Fr. 29. *Grønkålssuppe med sprængt svinekam*  
*kartofler. Æbelskiver med solbærmarmelade*
- Lø. 30. *Medister med rødkål, kartofler og surt*  
*Æblekage med flødeskum*
- Sø. 31. *Indbagt laks med spinat og purløgscreme*



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



---

## Operettefilm: Flagermusen

Flagermusen eller Fledermaus er en tysksproget operette af Johan Strauss den yngre. Operetten blev uropført på Theater an der Wien den 5. april 1874. Sidenhen er den blevet en klassiker inden for dens genre. Den version vi skal se er en dansk film fra 1966 med mange kendte ansigter.

Doktor Falke (Holger Juul Hansen) ønsker hævn over sin ven Gabriel von Eisenstein (Poul Reichhardt), da denne efter et karneval har ladet ham ligge tilbage i en park - forklædt som flagermus, så han om morgenen bliver til grin for det gode borgerskab. Af medvirkende kan nævnes, Lily Broberg, Ghita Nørby, Dario Campeotto, Karl Stegger, Poul Hagen og mange flere. Om Doktor Falke får sin hævn må I se onsdag den 27. december på tv'et i Kultur-Værkstedet klokken 13.00.



**Vi har sagt farvel til**

Poul Erik Mikkelsen .....

Bolig 025

# Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

---

## Vi ser 90-års-fødselsdagen på tv

*90-års-fødselsdagen* er en komisk sketch af den britiske forfatter Lauri Wylie til engelsk teater i 1920'erne. En opførelse af sketchen med de engelske komikere Freddie Frinton og May Warden som butleren James og Miss Sophie instrueret af Heinz Dunkhase blev optaget af den tyske tv-station Norddeutscher Rundfunk (NDR) i 1963.

Sketchen er et traditionelt indslag på tv-programmet nytårsaftnen i mange lande. I Danmark blev sketchen vist i tv første gang nytårsaftnen 1973, og den har været vist på DR1 hver nytårsaftnen siden 1980, med undtagelse af 1985. Vi ser 90-års-fødselsdagen fredag den 29. december i Kultur-Værkstedet klokken 13.30.



# Jule koncert

med Koret fra  
**Frederiksberg Hospital**

Onsdag den 6. december  
kl. 16.00 i Kulturværkstedet

**Kl. 13.30 spiller vi Julebankospil  
med sidegevinster**

# Luciaoptog på Søndervang

Onsdag den 13. december kl. 13.30  
Julehygge i Kulturværkstedet

Slutter af med Luciaoptog ca. kl. 15.45



Luciaoptog  
på team 4 kl. 16.15

Luciaoptog  
på team 3 kl. 16.30

Luciaoptog  
på team 2 kl. 16.45

# Nyt fra terapien

---

Så kom julemåneden over os, og selvom vi er gået en mørk tid i møde, vil vi i terapien forsøge at holde energien oppe med en masse dejlig træning i julemåneden. Der vil være holdtræning som sædvanlig og til vanlige tider (se kalender i bladet), frem til selve juledagene. Derfra er der nogle små ændringer.

## Terapien har følgende åbningstider i julen:

24.-26. december = Lukket

27.+28.+29. december = \*\*Åben

31. december + 01. januar = Lukket

\*\*I juledagene 27-29 december, vil der være ændrede træningstider for individuel træning.



\*\*Holdtræning i juledagene ser ud således:

Onsdag d. 27. december **Holdtræning – Juletema**  
**Kl. 11.15** i den store træningssal

Torsdag d. 28. december **Holdtræning – Juletema**  
**Kl. 11.15** i den store træningssal

Fredag d. 29. december **Holdtræning – Juletema**  
**Kl. 11.15** i den store træningssal

Vi glæder os til at se jer og nyde den skønne julemåned sammen :-)

*Med venlig hilsen Terapien*



# Søndervangs Julefrokost

Torsdag den 14. december 2017

Kl. 12.30 i spisestuen

For husets beboere og personale

Køkkenet har lavet en lækker julemenu  
med øl og snaps

Underholdning med Luciaoptog og musik

For beboere uden servicepakke er prisen 75 kr.

Der betales ved tilmelding i kiosken

Tilmelding sker på afdelingen senest den 8. december

Der kan desværre ikke medtages gæster

---

*Til dem der ikke deltager kan der bestilles madpakker  
i køkkenet senest den 11. december*



Kan du gætte fra hvilken sang denne linje er taget:

"bar' det altså snart var jul"

(dette er sidste linje af første vers/omkvædet  
i en kendt julesang sunget af en mus)

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 18. december 2017.**

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

**November måneds quizvinder blev: Inger Nissen bolig 318**

**November måneds quizsvar: Nu falmer skoven trindt om land**



December 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 afleverer en bestillingsseddel i kiosken om mandagen og varerne kan afhentes samme sted om torsdagen.

**Selv om det nu er vinter og lidt køligere, er det stadig muligt at købe is i kiosken, is kan man spise hele året. Det er ikke hvilken som helst is, men en god økologisk is fra SKARØ, en lille ø i Det Sydfynske øhav.**

**Vi fortsætte i december med tilbud på isen. 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.

**Mandage** er der linser fra køkkenet i kiosken

**Torsdag** vil der være friske blomster buketter mod forudbestilling.

Oplysning om studiekreds i december måned følger senere.

Du kan købe en skrabejulekalender i kiosken, måske det er dig der løber med den store gevinst.





Husk levende lys ikke er en god ide på grund af brandfare og sundhedsmæssige årsager. Batteri lys er en mulighed og kan købes i kiosken.

Husk hvis der er noget du har lyst til: cafébesøg, indkøb, gåtur, tivoli eller andet, så kom og lav en aftale med Lone i kiosken.

Søndag den 3. og lørdag den 16. december er jeg på Søndervang og laver aktiviteter. Vi fortsætter med oplæsning af bogen "under bænken".

Nærmere information kommer senere.

Kom gerne med forslag til aktiviteter i weekenden.

*I ønskes alle en rigtig glædelig jul og et godt nytår  
Tak for mange hyggelige timer sammen  
med jer i kiosk og caféen.*

## Mangler du

**kopper, tallerkner eller  
knive og gafler af dit eget?**



Så kan det være, at du kan finde det i terapien.

Den første fredag i måneden fra kl. 15.00 (indtil mandag morgen) står der et bord i terapien over for køkkenet med service, som kunne være dit!

*Venlig hilsen Køkkenet*

---

## 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 december 2017

Fødselsdage	Bolig
01. dec. Kristian Frank Skriver .....	033
05. dec. Aase Hansen .....	418
06. dec. Tove Lilli Bernholm .....	309
08. dec. Minna Dahl .....	021
10. dec. Kirsten Søndergaard .....	320
17. dec. Knud Sørensen .....	206
31. dec. Keld Cordtsen .....	043



*Vi ønsker stort tillykke til alle*

Nye beboere	Bolig
Finn Nielsen .....	310

## Flyttet

Aage Nielsen bolig 310  
flyttet til Akaciegården

