

Rundt om Søndervang



Februar 2018

*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, Otto Schou, Axel Juul, Minna Dahl,
Ruth Sørensen, Bente Nielsen, Kirsten Søndergaard,
Kirsten Hauch, Søs, Jacob

Redaktionsmøde januar 2018

Den 7. februar og den 21. februar kl. 10.15

i **Kultur-Værkstedet**.

Nye medlemmer til redaktionen er altid velkommen!



Månedens forsidebillede

Så siger kalenderen februar. Vi ser frem mod lysere tider og måske en ordentlig snebyge så vi kan nyde vores have i et flot snelandskab. Vi har lavet mange ting i januar måned i Kultur-Værkstedet men en af de ting vi særligt kan huske er vores Nytårsfest hvor vi fik fantastisk mad og dejlig underholdning af Trine Gadeberg. Derfor valgte redaktionsgruppen at et billede fra netop denne begivenhed skulle være månedens forsidebillede. På billedet ses Trine Gadeberg i fuld sang med en masse beboere som lytter med. Mange blev rørt af de gode sange og det er en dag vil sent vil glemme.

Det ovenstående billede er taget fra et besøg af de mange børn som besøger os. Her er det den lokale børnehave som kom forbi og sang og underholdte os. På billedet ses børn og voksne i fuld gang med en sangleg. Vi glæder os til flere gode oplevelser i Kultur-Værkstedet i februar. Vi glæder os til at se jer.

Vel mødt.

Kære Alle

Det kan nu mærkes at dagene er blevet lysere, og vi går mod foråret. Et forår hvor vi sammen kan glæde os over gode dage med samvær og hygge.

Hygge indbefatter, for os danskere, bl.a. nærende og smukt anrettet mad. Derfor er jeg rigtig glad for, at vi har fået ansat en ny køkkenchef og kulinarisk udvikler - Martin Becker Rasmusen. Martin (i daglig tale kaldet "Guf") er begyndt som køkkenchef på Søndervang den 8. januar 2018. Martin er uddannet kok i 2003, og har siden arbejdet som køkkenchef flere forskellige steder bl.a. som leder og udvikler af "*Madklubben*", "*Lokal kærlighed i Rødvig*" og flere andre restauranter. Martin interesserer sig også for økologi og nedbringelse af madspild. Desuden har Martin i flere år været kok i Go'Morgen Danmark samt udgivet flere kogebøger. Martin kommer senest fra en stilling som kulinarisk udvikler i Københavns Madhus. Martin ser et stort potentiale i, nu at udvikle mad til ældre. Den 15. januar blev der holdt "kostmøde" for første gang i lang tid. Her kom de fremmødte med ønsker og ideer til maden i fremtiden (jeg håber alle har fået et referat). Martin prøver at indarbejde ønskerne i den daglige madlavning og der er allerede

nu lavet langt mere mad fra bunden og er kommet et helt andet næringsindhold. Jeg håber I alle bl.a. har nydt Martins hjemmelavede leverpostej, rullepølse og at I kan smage, at der nu er rigtig fond i sovsen. Martin er ved at sætte sit hold i køkkenet, og derfor er noget af personalet allerede skiftet ud. Bl.a. er der startet endnu en ny kok - Morten.

2018 bliver året hvor maden på Søndervang udvikles kulinarisk, økologisk og ernæringsmæssigt. Har I spørgsmål til Martin ved jeg, at han gerne vil have besøg i køkkenet til en snak om mad, smag, økologi og konsistens.

Endnu en glædelig nyhed er, at Pia Sehested er blevet fastansat som afdelingssygeplejerske i team 1 plejeboligerne. Pia har siden oktober været konstitueret i stillingen som leder af team 1. Det var et enigt ansættelsesudvalg, der fandt at Pia, blandt flere ansøgere, var den rette til jobbet. Pia har gennem sit engagement, sin sans for retfærdighed og ordentlighed, allerede hjulpet flere beboere og medarbejdere til en bedre hverdag. Pia er sygeplejefagligt meget vidende, denne viden sætter hun dagligt i spil hos jer beboere.

Jeg er sikker på at 2018 bliver et rigtig god år for beboere, pårørende og personale på Søndervang. Jeg er stolt over at stå i spidsen for en organisation, hvor alle gør sig umage for at giver jer beboere en godt og indholdsrigt liv.

I ønskes en rigtig dejlig februar måned med lunere vinde og gode oplevelser understøttet af dejlig mad og kompetent pleje.

Kærlig hilsen
Lene Wichmann
Forstander



Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

Vi går hastigt mod lysere tider. Det kan allerede ses både morgen og eftermiddag hvilket giver glæde. Februar er jo årets korteste måned samtidigt med den også er den sidste vintermåned, så foråret er ikke langt væk. I februar måned bliver vi fortrinsvis inde i Kultur-Værkstedet dog med køreture til et museum og en cafe. Ellers skal vi synge, spille billard, se gamle filmklip og afholde fastelavnsfest.

Så vi får som sædvanligt travlt i Kultur-Værkstedet. Vi glæder os til at se jer alle sammen. Rigtig god februar herfra.

Debatforedrag om Josephine og Napoleon

Fredag den 2. februar klokken 13.30 kommer Annette Bohn forbi og fortæller om Josephine og Napoleon. Efter foredraget lægge der op til debat om emnet sammen med en god kop kaffe eller the og en lækker kage.

Cafétur

Mandag den 5. februar klokken 14.00 kører vi en tur på cafe. Mulighederne er mange. Mette Blomsterbergs cafe i Lyngby som byder på lækre kager, eller Tivoli Hotel skybar som har en smuk udsigt og god kaffe. Kender du en anden god cafe er dette også en

Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

mulighed. Skulle dette have interesse så meld dig til eller kom ned og snak med Søs og Jacob. Da vi kører i vores bus er det begrænset hvor mange vi kan tage med. Der er egenbetaling på turen på cirka 100-200 kr. Billet udleveres til dem som skal med.

Kunstgruppe: Den Hirschsprungske Samling

Mandag den 5. januar klokken 18.30 afholdes der kunstgruppe i Kultur-Værkstedet. Her skal vi tale om den kommende tur til samlingen. Samlingen består af

Museumstur: Den Hirschsprungske Samling

Den Hirschsprungske samling er grundlagt af tobaksfabrikant Heinrich Hirschsprung og hans kone Pauline. I 1902 skænkede de deres imponerende samling, der giver et fremragende indblik i dansk kunst i 1800 tallet, til den danske stat, og i 1911 åbnede Den Hirschsprungske samling i Østre Anlæg i et nybygget museum. Museet har siden været åbent for offentligheden og fremviser en samling på over 700 værker. Vi kører afsted onsdag den 7. februar klokken 13.00. Der er egenbetaling på turen cirka 100 kr. og et begrænset antal billetter da vi kører i vores egen bus. Dem som kommer med får udstedt billet.

Vi pynter fastelavnsris

Vi pynter fastelavnsris i Kultur-Værkstedet fredag den 9. februar klokken 13.30. De skal bruges som pynt til vores fastelavnsfest og tøndeslagning et par dage senere. Så kom og vær med til at lave de flotteste fastelavnsris nogensinde. Efter alt det hårde arbejde får vi kaffe, the og kage.

Fastelavnsfest med tøndeslagning

Fredag den 12. februar afholdes der fastelavnsfest i Spisestuen klokken 14.00. Der vil både være mulighed for at slå katten af tønden, få en dejlig fastelavnsbolle og en god kop kaffe samt hygge sig med andre de andre beboere. Kom meget gerne udklædt.

Vi ser filmklip fra det gamle Danmark

Mandag den 12. februar klokken 18.30 ser vi filmklip fra det gamle Danmark. Normalt vælger vi et tema omhandlende arbejdslivet, ferie, befrielsen eller andet. I må vente med spænding til hvilket tema der bliver valgt til denne aften.

Damekomsammen

Onsdag den 14. februar klokken 13.30 er der mulighed for at komme til damekomsammen i Kultur-Værk-

Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

stedet. Det forudsætter selvfølgelig du er en dame. Her vil der blive budt på lidt godt at drikke og en laksemad at spise, samt social hygge med andre damer. Husk at melde jer til eller book en plads via Søs, Lone eller Jacob.

Vi spiller Jeopardy

Fredag den 16. februar klokken 13.30 spiller vi Jeopardy i Kultur-Værkstedet. Det er et quiz-spil hvor man skal give spørgsmålet til svaret. Det lyder svært men er det ikke. Kaffe, the og kage serveres efter anstrelgelserne. Vel mødt.

Film: The Great Dictator

Den Store Diktator er en film fra 1940 med Charlie Chaplin i flere roller. Filmen handler om en jødisk barber som efter mange år vender hjem til sin gamle barber butik. Han finder den ødelagt og fyldt med hadefulde tegn. Alt dette had kommer fra en tyransk diktator som ikke kan lide jøder.

Efter filmen er der mulighed for at snakke om den. Til filmen serveres Kaffe, the og kage.

Vi ser filmen mandag den 19. februar klokken 14.00.

Uge 5

- To. 1. Frikadeller med brunsovs, syltede agurker og kogte kartofler.
Æblekage med ribsgele og flødeskum
- Fr. 2. Oksesteg med waldorfsalat og kartofler
Rejecocktail med det hele
- Lø. 3. Sprængt kalve spidsbryst med flødepeberrod og bagte rodfrugter
Pandekager med abrikossyltetøj
- Sø. 4. Millionbøf med hjemme syltede rødbeder og kartoffelmos. *Klar suppe med okse og rodfrugter*

Uge 6

- Ma. 5. Kalve frikasse med urter og sellerimos
Citron fromage med flødeskum
- Ti. 6. Svinenakke med kål/æbler salat og bagte kartofler med rosmarin
Hjemmelavet rom og rosin is

-
- On. 7. Fiskeboller i hvidvinsauce med dild og ærter
hertil kogte kartofler
Tomat suppe med suppehorn
- To. 8. Højtbelagt smørrebrød og måske en snaps
Fløderand med karamel
Til aften tarteletter med høns og asparges
- Fr. 9. Forlorenskildpadde med kogt æg. *Pærevælling*
- Lø. 10. Medister med flødestuvet grønlankål og
kartofler. *Selleri suppe med ristede rugbrød*
- Sø. 11. Brunkål med flæsk, rugbrød og hjemmelavet
sennep. *Chokolade mousse og fløde*

Uge 7

- Ma. 12. Bagt laks med havesyre sauce og hvide
kartofler. *Stikkelbær truffli*
- Ti. 13. Citron braiseret kylling med spidskål og knust
selleri. *Kejserinderis med kirsebær*
- On. 14. Bankekød med katoffel/gulerodsmos
Jordskokke suppe med chorizo

-
- To. 15. Frikadeller med kartoffelsalat med radiser og rygeost. *Lakse mousse med flutes*
- Fr. 16. Stegt lever med brune løg, kartofler og hjemme syltede agurker
Æblekage med flødeskum og ribsgele
- Lø. 17. Fløde Gullash med kartoffelmos. *Karamelrand*
- Sø. 18. Kyllinge frikasse med asparges kartofler
Selleri suppe

Uge 8

- Ma. 19. Fiskedeller selleriremolade og ristede kartofler
Øllebrød med chokolade og flødeskum
- Ti. 20. Spoleben og surkål - eisbein mit sauerkraut
Gulerodssuppe med ingefær og gurkemeje
- On. 21. Lam i dild og rejer med kogte kartofler
Frugt salat med creme
- To. 22. Bacon/porre tærte med salat af bagte beder
Kartoffelsuppe med ristede rugbrød

Fr. 23. BBQ kylling med coleslaw og bagekartoffel
Blommer i rom med creme

Lø. 24. Salt flæsk med hvidebønner blomkåls salat
Oksekødssuppe

Sø. 25. Boller i selleri med ris. *Tun mousse med flutes*

Uge 9

Ma. 26. Bagt torsk med stuvet spinat bagte rodfrugter
og fennikel salat. *Kyllingeveloute suppe*

Ti. 27. Makaroni med kødsauce
Kyllingelever mousse på sprød brød

On. 28. Bikssemad med spejlæg og surt
Sveskegrød med fløde



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

Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

Vi spiller Århundrede-spillet

"I hvilket land er håndboldspillet opfundet" og "Hvilket år blev Adolf Hitler Rigskansler". Disse og mange andre spørgsmål vil du blive udfordret i hvis du møder op til Århundrede-spillet i Kultur-Værkstedet mandag den 19. februar klokken 18.30. Efter spillet får vi kaffe, the og kage.

Vi spiller Ballonbadminton

Onsdag den 21. februar spiller vi igen Ballonbadminton. Det er et spil der giver smil på læben og sved på panden. Vi spiller mod/med hinanden med ballon og "ketcher". Der bliver holdt vandpause undervejs og vi slutter selvfølgelig af med kaffe, the og kage.

Sidst var der tilskuere tilstede i "hallen" da vi spillede. Det er alle selvfølgelig også velkomne til at være. Vi glæder os til at se jer.

Vi spiller Globetropper

Fredag den 23. februar klokken 13.30 rejser vi verden rundt. Vi starter oppe i det kolde Alaska og skal så gennem alle verdens kontinenter. Dem som er bedst til at svare rigtigt på spørgsmålene kommer først i mål og vinder. Vi hjælpes enten ad eller spiller i to hold. Efter spillet serveres kaffe, the og kage.

Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

Køretur til Frederiksberg Centeret

Der har været et ønske om at køre en tur til Frederiksberg Centeret og komme i Synoptik. Derfor kører afsted mandag den 26. februar klokken 14.00. Dem som skal have styr på brillesituationen har fortrinsret til turen. Men skulle det have interesse så meld dig til eller snak med Søs eller Jacob.

Vi lytter til blandet musik

Mandag den 26. februar klokken 18.30 lytter vi til blandet musik i Kultur-Værkstedet. Har du nogen ønsker så kom forbi Kultur-Værkstedet, så er jeg sikker på Søs eller Jacob kan finde frem til det. Efter musikken serveres kaffe, the og kage.

Vi spiller Banko

Onsdag den 28. februar klokken 13.30 spilles årets andet bankospil. En plade koster 10 kroner og vi spiller 3 spil af 1 række, 2 rækker og fuldplade. Fik du fuld gevinst eller var du knap så heldig, så har du her chancen igen, så kom forbi til en hyggelig eftermiddag. Efter spillet hygger vi med en kop kaffe og god kage.



Nyt fra køkkenet

I køkkenet har vi fået ansat en ny køkkenchef samt en ny kok. De vil sammen med resten af køkkenet glæde jer beboere med veltillavet mad af friske og fortrinsvis økologiske råvarer.

Skulle man have lyst til at hilse på dem, er køkkenet åbent og hvis I kigger ud til dem, vil i møde nogle glade unge mennesker som brænder for at lave mad til jer.

Træningstider for fysioterapien

Mandag kl. 13.15	Yoga
Tirsdag kl. 11.15	Kaptajn Jespersen
Onsdag kl. 11.00	Cykelhold
Torsdag kl. 11.00	Fitness
Fredag kl. 11.15	Yoga

Nye beboere

Birthe Guldager	Bolig 019
Carl Erik Lund	Bolig 036
Ragna Vibeke Ousager Elsberg	Bolig 201
Arne Ib Jønsson	Bolig 211
Tyge Høegh Bek	Bolig 308
Anni Ida Jensen Glentvor	Bolig 314
Palle Skjoldborg Jørgensen	Bolig 317

Vi har sagt farvel til

Helmuth Sørensen. Han blev 98 år	Bolig 048
Anni M. Moth Lund	Bolig 211
Curt R. Nielsen	Bolig 306
Karen Agnes Sørensen	Bolig 308
Lilly Margrethe Eriksson	Bolig 312
Jens Holdum	Bolig 314



Kan du gætte fra hvilken sang denne linje er taget:

"boller vil jeg have"

(dette er anden linje af en kendt fastelavnssang)

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 16. februar 2018.

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

Januar måneds quizvinder blev:

Gudrun Vestergaard Jensen Bolig 214

Januar måneds quizsvar: I sne står urt og busk i skjul



Februar 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 bestille, få leveret, evt. komme med ud og handle.

Selv om det nu er Vinter og lidt køligere, er det stadig muligt at købe is i kiosken, is kan man spise hele året.

Der er stadig tilbud 20,- og 2 for 35.-

Det er ikke hvilken som helst is, men en god økologisk is fra SKARØ, 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. Der bydes også på lidt musik, et lunt tæppe og der er strikkepinde og garn i kurven.

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

Mandage er der højtlesning i cafeen kl. 14.30-15.30

Torsdag er der friske blomster mod forudbestilling.



Når vejret tillader det går vi ture i området, til Føtex, eller hvad ønsket er.

Kom og lav en aftale med Lone i kiosken.

**Lone er på Søndervang søndag 3. og 4. februar.
Nærmere information og opslag følger.**

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 februar 2018

Fødselsdage	Bolig
01. feb. Renate Zahn Andersen	315
04. feb. Helle Poulsen	007
06. feb. Jon Steven Bøttner	039
06. feb. Bente Nielsen	203
08. feb. Tove M. Rasmussen	210
08. feb. Lonny Anna Nielsen	414
14. feb. Ulla Jørgensen	005
15. feb. Lillian Vangsgaard	041
15. feb. Anina Dunbar Desler	222
17. feb. Bente Rosenbom	004
17. feb. Arne Østerby Rasmussen	410
17. feb. Lilian Hjelmgaard	411
18. feb. Ingrid Mikkelsen	025
23. feb. Ruth Mandsbjerg	037
24. feb. Else Binderup-Schultz	017
26. feb. Esben Dybkjær	405

Flyttet	Bolig
Henrik Salling Nielsen	201
Lone Vang Bryld	317