

# Rundt om Søndervang



Juli 2018

*Kjerterum, 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,  
Lonny Nielsen, Axel Juul, Karin Højskov,  
Ruth Sørensen, Bente Nielsen, Kirsten Søndergaard,  
Kirsten Hauch, Valborg Jensen, Jacob, Søs

## **Redaktionsmøde juli 2018**

Den 4. juli og den 18. juli i Kultur-Værkstedet kl. 10.15  
Nye medlemmer til redaktionen er altid velkommen!



## Månedens forsidebillede

Denne måneds forsidebillede er fra årets Idrætsdag, som i år var arrangeret som afdansningsbal på Erindrings-dansmåneden. I maj og juni har vi en gang om ugen danset Erindringsdans, hvor vi har danset til musik, som der er blevet danset til gennem årene som Ta' med ud og fisk, Fiskerpigens sang, Gid du var i Skanderborg, kære Peter og andre dansktopsange. Der er også blevet danset til ABBA, Cliff Richardt og Elvis Presley. Som det ses på billedet var fremmødet stort og der blev danset selv om man sad i kørestol og sammen i grupper. Bare det at bevæge sig til musikken gav glade ansigter.

På billedet på denne side ser I os varme op med Kaptajn Jespersen gymnastik. Vi er så heldige at have forbindelse til Ole Sørensen, som er instruktør af kaptajn Jespersen gymnastik. Han instruerer et hold friske mennesker hver lørdag morgen på havnen i Dragør. Som I ser så var der mange som var med til at prøve at lave øvelserne.

# Kære Alle

---

I år er sommeren rigtig dejlig med sol og varme. Det er dejligt at se jer nyde roen og hyggen i haven under rosenbuskene.

På det store fælles beboer- og pårørende møde i maj, blev det besluttet, som følge af omstruktureringer, at der var behov for et ekstra møde kun for team 1 (plejeboligerne Emil Chr. Hansens vej). Stor tak til alle som deltog i mødet torsdag den 21. juni, hvor mange gode temaer blev drøftet. Bl.a. spurgte flere til, hvorfor vi kalder plejeboligerne for team 1. Det gør vi, fordi vi - for 3 år siden - lavede navnene om i plejehjemmet. Her blev 3 afdelinger: rød, gul og grøn lagt sammen til en afdeling med en afdelingssygeplejerske - Louise Merrild Lange, og afdelingerne skiftede navn til team 2, 3 og 4. Tallene følger etagerne, altså ligger team 2 på 2. etage osv. Herefter var nummer 1 tilbage, og plejeboligerne kom derfor til at hedde team 1, som dækker alle etager og hele personalet i plejeboligerne.

Pia Sehested er afdelingssygeplejerske i team 1. Det var rigtig dejligt at høre og fornemme hvor glade beboere og pårørende er for de ændringer, som Pia har sat i gang. Det som dog gør mig mest glad er den respekt og omsorg, som jeg kan høre og fornemme, der er mellem jer beboere, pårørende og Pia Sehested. I ledergruppen har vi et stort ønske om at bevare hver enkel beboers autonomi og værdighed i livet som be-

---

boer på Søndervang. Dette fornemmede jeg virkelig er ved at lykkes i forholdet mellem beboere- pårørende og personale i team 1, og det med Pia Sehested i spidsen.

På mødet blev der endvidere spurgt ind til en prioritering af tid til værdidiskussioner i personalegruppen, hvilket jeg kun kan bekræfte, at vi som ledelse vægter højt. I efteråret 2018, vil der blive tilrettelagt supervision og drøftelse af værdier i hvert enkelt team.

Desuden vil der i team 2, 3 og 4 i efteråret være fokus på teamudvikling (ligesom team 1 i foråret var igennem et teamudviklingsforløb). Louise Merrild Lange vil sammen med konsulent Mads Bab fra firmaet "Gnist" i samarbejde med personalet drøfte samarbejde og prioritering af arbejdsopgaver. Ideer og visioner fra positiv psykologi ligger til grund arbejdet, og personalet vil blive instrueret i anvendelsen af Lego Serious Play i forhold til at beskrive og udvikle deres arbejdsliv.

Stor tak til de beboere og pårørende som giver sig tid til at skrive til mig eller kommer forbi mit kontor med kommentarer til livet på Søndervang. Det inspirerer mig og gør mit daglige arbejde meningsfuldt.

Fortsat god "dansk" sommer til alle beboere og pårørende.

*De bedste hilsner, Lene Wichmann*

# Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

---

Så blev det juli, højsommer og også ferietid. Men sådan har det ikke altid været. Den første danske ferielov er fra 13. april 1928 og fra da af blev det efterhånden almindeligt for alle klasser i samfundet at holde ferie. Før den tid kendes fra 1700 tallet dog også organiseret ferie, men kun for den velhavende del af befolkningen. Fra 1800 tallet begyndte også det bedrestillede borgerskab at holde fridage om sommeren. Om Søs og jeg er fra det bedrestillede borgerskab skal jeg lade stå udsagt, men i hvert fald holder vi på skift ferie i juli og august. Derfor vil der over sommeren være ferie i flere grupper som dog erstattes af andre aktiviteter. De berørte grupper som holder sommer på skift er, operettegruppen, fællessang samt mandegruppen. Det betyder dog samtidigt at Kultur-Værkstedet holder åbent hele sommeren med en masse forskellige aktiviteter. Vi glæder os til at se jer.

## **Vi spiller Trivial Pursuit**

Mandag den 2. juli klokken 14.00 spiller vi Trivial Pursuit i Kultur-Værkstedet. Det er et paratvidenspil opfundet af Chris Haney og Scott Abbott i 1979. På verdensplan er spillet solgt i mere end 75 millioner eksemplarer.

Vi spiller den klassiske familieudgave hvor spørgsmålene er inddelt i seks kategorier, Geografi, Underhold-

---

ning, Historie, Kultur/litteratur, Natur/Videnskab og Sport/Fritid.

Vi deler os op i to hold og dyster mod hinanden. Det hold som kan svare korrekt på flest spørgsmål i alle kategorierne vinder.

Efter spillet serveres kaffe og kage.

### **Film: 99 års fødselsdagen på Malergården**

Vi tager tilbage til kunstnerfamilien Swane gård i Odsherred, hvor vi følger Agnete Swane's 99 års fødselsdag. Børnene Gerda og Henrik samt familie og venner kommer forbi til den store begivenhed. Dokumentarfilmen vises på vores fjernsyn i Kultur-Værkstedet mandag den 2. juli klokken 18.30. Efter filmen serveres kaffe, the og kage.

### **Vi spiller Jeopardy**

Onsdag den 4. juli kl. 13.30 skal vi gætte endnu en quiz. Denne gang Jeopardy. Her deles vi også op i to hold, hvis vi er nok. Spørgsmålene er delt op i kategorier, som f.eks. byer med K, så skal holdet beslutte sig til hvor svært deres spørgsmål skal være ved at vælge antal point. Vi plejer at få en god snak om de forskellige emner og vi slutter af med kage, kaffe og the.

# Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

---

## **Vi lytter til blandet musik**

Fredag den 6. juli klokken 13.30 spilles der blandet musik i Kultur-Værkstedet. Alle genre og kunstnere er i spil. Skulle I have nogle ønsker så kom forbi Kultur-Værkstedet og giv dem til kende, så er jeg sikker på det nok skal blive opfyldt. Efter al den gode musik serveres kaffe, the og kage. Vel mødt.

## **Vi spiller Kongespillet**

Mandag den 9. juli klokken 14.00 spiller vi Kongespillet ude i haven. Kongespillet er et spil hvor man skal vælte modstanderholdet tårne og til sidst deres konge. Klarer man det har man vundet. I tilfælde af dårligt vejr bliver vi inde og finder på noget andet i Kultur-Værkstedet.

## **Dokumentarfilm om Karen Blixen**

Karen Blixen behøver vist ikke den store introduktion. Hun blev født i Rungstedlund i 1885 og døde ligeledes i Rungsted i 1962. Hun blev verdenskendt forfatter og levede noget af et liv. Mandag den 9. juli klokken 18.30 viser Kultur-Værkstedet en dokumentarfilm om hende. Efter filmen serveres kaffe, the og kage.



---

## **Klaverkoncert ved Gabriel Olsen**

Onsdag den 11. juli klokken 13.30 kommer Gabriel Olsen og underholder med klaver i Kultur-Værkstedet. Gabriel Olsen er 18 år og bor i København. Han studerer klassisk klaver på Malmø Latinskola konservatorie forberedende linie i Sverige. Gabriel vil rigtig gerne komme og give en koncert, for som han siger, "en ting er at studere klaver en anden er at have erfaring med koncerter".

## **Debatforedrag om Dagmar af Rusland**

Marie Sophie Frederikke Dagmar (1847-1928) var en dansk prinsesse, datter af Christian den 9. og russisk kejserinde. Dagmar blev moder til Ruslands sidste kejser, Nikolaj II, der blev myrdet efter den russiske revolution i 1917. Dagmar overlevede revolutionen og flyttede tilbage til Danmark. Dagmar historie bliver fortalt af Anette Bohn i et debatforedrag fredag den 13. juli klokken 13.30. Efter den spændende fortælling serveres kaffe, the og kage.

## **Vi spiller Shuffleball**

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.

# Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

---

Vi mødes mandag den 16. juli kl. 14.00 og efter anstrengelserne slapper vi af med en kop kaffe, the og et stykke kage.

## **Vi gætter kryds og tværs**

Mandag den 16. juli klokken 18.30 gættes der kryds og tværs i Kultur-Værkstedet. Søs er "ordstyrer" og sammen hjælpes man ad til at få løst kryds og tværsen. Efter endt hjerne-gymnastik serveres der kaffe, the og kage.

## **Vi ser filmklip fra det gamle Danmark**

Onsdag den 18. juli klokken 13.30 viser vi filmklip fra det gamle Danmark. Vi plejer at finde et tema som filmklippene omhandler. Det kan være fritid, sommerferie, livet i byen eller meget andet. Hvad der vises denne gang må i vente og se. Efter fremvisningen er der mulighed for at snakke om filmklippene. De giver tit en masse minder og tanker som vi sammen drøfter mens der drikkes kaffe, the og spises kage.

## **Vi spiller Ballonbadminton**

Fredag den 20. juli spiller vi igen Ballonbadminton i Kultur-Værkstedet. Det er et spil der giver smil på læben og sved på panden. Vi spiller med/mod hinanden med ballon og "ketcher". Der bliver holdt vandpause

# Søndervang Menu

Menuplan for juli 2018

---

- Ma. 02. Klar kyllingesuppe med urter  
*Hakkebøffer med bløde løg og hvide kartofler*  
- hertil hjemmelavet agurkesalat
- Ti. 03. Stegt flæsk med persillesauce  
- hertil hvide kartofler  
*Panna cotta med hindbærgelé*
- On. 04. Forloren hare med bagte kartofler og  
flødesauce - hertil tyttebær  
*Kærnemælkssuppe med rosiner*
- To. 05. Kartoffel-/porresuppe med bacon  
*Rullesteg med linse og kålsalat*
- Fr. 06. Stegte sild sursød kartoffelsalat  
*Rabarbertrifli*
- Lø. 07. Kold tomatsuppe med chorizo  
*Millionbøf med kartoffel-/sellerimos*
- Sø. 08. Tarteletter med høns i asparges  
*Chokolademousse med flødeskum*

- 
- Ma.09. Fransk løgsuppe med ostebrød  
*Risotto med skovsvampe og lidt trøffel*
- Ti. 10. Fiskedeller med fritter og grov remoulade  
*Koldskål med tykmælk og jordbær*
- On. 11. Salat med røget makrel  
*Sprængt kylling med peberrodssauce og agurkesalat*
- To. 12. Minestrone  
*Lasagne med grøntsager og tomatsalat*
- Fr. 13. Tærte med bacon og porre  
*Glaseret skinke med flødekartofler  
- hertil grønne bønner*
- Lø. 14. Labskøvs med sprængt spidsbryst  
- hertil rugbrød og purløg  
*Rødgrød med fløde*
- Sø. 15. Tunmousse med flutes  
*Bøf stroganoff med kartoffelmos*
- Ma.16. Stegt and med stegt spidskål og abrikos  
*Stikkelsbær crumble*

- 
- Ti. 17. Røget vildtkølle med salat og tyttebær  
*Frikadeller med brunsovs og hvidekartofler*  
*- hertil rødkål og surt*
- On. 18. Vildtterrin med portvin og salat  
*Laks med stuvet spinat og havesyre*
- To. 19. Medister med brunkål  
*Citronfromage med flødeskum*
- Fr. 20. Rejecocktail med det hele  
*Koteletter med ratatouille*
- Lø. 21. Vildtragout med mos og syltede rødbeder  
*Havtornbudding med flødeskum*
- Sø. 22. Kyllinglevermousse med salat og flutes  
*Kalkunfrikasse med sommergrønt og kartofler*  
*vendt med løvstikke*
- Ma. 23. Tomatsuppe med suppehorn  
*Krebinetter med smørglaseret grønt*
- Ti. 24. Gravad laks på surdejsbrød med fennikel og  
æblesalat. *BBQ marineret nakkekam med*  
*coleslaw og bagte kartofler*

- 
- On. 25. Dampet rødspættefilet med citronsaucе og kartofler  
*Pandekager med jordbærflødeskum*
- To. 26. Køkkenet griller og vi hygger i haven.  
Måske der er smidt en flaske vin på køl.
- Fr. 27. Bixsemad med spejlæg  
*Kold bærsuppe med lavendelfløde*
- Lø. 28. Guleærter med sprængt flæsk  
*Karamelrand med flødeskum*
- Sø. 29. Laksemousse med salat og flutes  
*Kyllingefrikasse med ærter*
- Ma. 30. Aspargessuppe med estragonolie  
*Cordon bleu med ærte- og mandelkompot*
- Ti. 31. Spinatsuppe med pocheret æg  
*Sprængt kalvebryst med pebersauce og fylde kartofler*

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

# Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

---

undervejs og vi slutter selvfølgelig af med kaffe, the og kage.

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

## **Vi gætter Otto Leisner Quiz**

Otto Leisner quiz er et rigtigt selskabsspil. Quizzen kan spilles i to hold mod hinanden eller hvor vi sammen hjælpes ad med at gætte de finurlige spørgsmål. Spørgsmålene er lavet på en måde, så de vækker ens interesse og nysgerrighed. Svarene er ofte overraskende og undertiden helt utrolige. Der er i alt 6030 spørgsmål i varierende sværhedsgrad, så alle kan være med. Vi gætte Otto Leisner Quiz mandag den 23. juli klokken 14.00. Vi slutter af med kaffe, the og kage.

## **Vi lytter til Elvis Presley**

Elvis Aaron Presley (1935-1977) var en verdensberømt amerikansk sanger, guitarist og filmskuespiller. Elvis som også blev kendt som The king of rock'n'roll og udødelige gjorde sig selv med numre som Jailhouse Rock, Return To Sender, Love Me Tender og mange flere. Skulle du have løst til at høre Elvis Presley så kom forbi Kultur-Værkstedet mandag den 23. juli

# Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

---

klokken 18.30. Efter musikken får vi kaffe, the og kage.

## **Vi spiller med faldskærm og bold**

Har du aldrig hoppet i faldskærm har du muligheden nu! Vi spiller med faldskærm og bold onsdag den 25. juli klokken 13.30. Vi bliver dog ikke kastet ud fra et fly i ti kilometers højde, men skal i stedet have en bold til at blive inde på faldskærmen. Måske ikke ligeså spændende som at hoppe ud fra et fly men alligevel ganske underholdende. Kom forbi hvis dette skulle have interesse. Efter endt aktivitet serveres kaffe, the og kage.

## **Vi spiller Krolf**

Fredag den 27. juli klokken 13.30 spiller vi Krolf på græsplænen. Krolf er en mellemting mellem Kroket og Golf og er et rigtig sjovt spil. Vi har en 12 hullers konkurrence godkendt bane på vores græsplæne i midten af vores park. Har man lyst til at spille eller blot kigge på så vel mødt til en hyggelig og aktiv eftermiddag på plænen. Efter spillet serveres kaffe, the og kage.





## **Cykelture**

Mandag den 30. juli klokken 14.00 kan man blive cyklet rundt på Frederiksberg og omegn på vores egen "huscykel". Der vil måske være mulighed et stop til en is eller andet, hvis man skulle have den lyst. Har dette interesse så kom og snak med Søs eller Jacob og bliv skrevet på ventelisten. Er vejret ikke til cykelture er vi i Kultur-Værkstedet og hygger os.

## **Vi spiller Brainstorm**

Brainstorm er spillet hvor man skal være god til gætte på spørgsmål inden for en given kategori. Det kan for eksempel være at spørgsmålet er ugeblade. Det går så ud på at nævne så mange ugeblade I kender. Vi spiller i to hold mod/med hinanden. Det er et rigtig sjovt spil som udfordre de små grå som kommer på overarbejde. Efter spillet serveres en gang fortjent gang kaffe, the og kage. Vi spiller Brainstorm i Kultur-Værkstedet mandag den 31. juli klokken 18.30.

# Årets idrætsdag



Onsdag den 13. juni om formiddagen afholdt vi årets idrætsdag. I stedet for små discipliner, som fodbold, kast eller minigolf havde fysioterapeuterne arrangeret Erindringsdans i maj/juni måned og dette var så af-dansningsballet.

Først varmede vi op med Kaptajn Jespersen gymnastik med stokke. Det var ret sjovt og dejligt at blive strakt lidt ud. Så blev der danset. Der var mange som var kommet ned og var med. Selv om man ikke dansede kunne man nyde den gode musik.

Til middag havde Martin & Co. fra køkkenet lavet grillen klar til lækker mørt kød og pølser, dertil fik vi

---

kartoffelsalat og en grøn salat med brie. Det smagte lækkert. Til dessert var der en isvaffel.

Det var dejligt, at der kom så mange ned og var med. Også at så mange personaler have mulighed for at være med. Det gør dagen rigtig festlig. Og især, at der er nogle personaler, som vil være med til at spille rundbold. Det er altid sjovt at se hvor alle anstrenger sig for at vinde. Tak til alle for at gøre dagen til en festlig dag.

Hilsen Fysioterapeuterne Camilla og Martin.

## 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*

# 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 og jeg køber til jer.

**Nu er det sommer og is sæson igen.**

**Der er Premier is i kiosken og foråret/forsommeren har virkelig været til at nyde en is  
Kom over i kiosken og nyd en kop kaffe, the eller lidt koldt at drikke. Inviter gerne dine gæster med.**

Jeg holder ferie i juli måned, men kiosken er åben.

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

Lone er på arbejde lørdag 30. juni, hvor Gabriel kommer og spiller.

Samtalegruppe 11. juli kl. 15-16 i caféen ved kiosken med pastor og bestyrelsesformand Birgitte Veit.  
Alle er velkommen.

Lone er på arbejde lørdag 4. august og søndag 5. august.  
Om lørdagen er der vinsmagning for tilmeldte, denne gang vil Henrik finde nogle gode portvine.  
Nærmere herom senere.



Kan du gætte fra hvilken sang denne linje er taget:

**"sprang lyn fra skyen i jordens skød"**

(dette er anden linje af femte vers en kendt sommersang)

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 20. juli 2018.**

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

**Juni måneds quizvinder blev: Allan Munck bolig 204**

**Juni måneds quizsvar: I skovens dybe stille ro**



Juli måneds sang er: \_\_\_\_\_

Indsendt af: \_\_\_\_\_

Bolig: \_\_\_\_\_

---

## 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

## Vi har sagt farvel til

Minna Dahl .....	Bolig 021
Marianne K. Saaby .....	Bolig 404
Bertha Hendriksen .....	Bolig 411

# Månedens navne i juli 2018

## Fødselsdage

		Bolig
03. juli	Walther Larsen .....	416
13. juli	Lillian Molin .....	207
16. juli	Edita Scheller .....	213
17. juli	Edit Gudrun Jørgensen .....	220



*Vi ønsker stort tillykke til alle*

## Nye beboere

	Bolig
Brita Tüchen .....	021
Anna Grethe Tjener Wilhelmsen .....	314
Alville Laursen .....	404

## Flyttet bolig

Bo Barnewitz flyttet fra bolig 314 til 322