

Rundt om Søndervang



Juni 2019

*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,
Valborg Jensen, Jacob, Kurt Svendsen, Christina

Redaktionsmøde juni 2019

Den 5. og 19. juni i Kultur-Værkstedet kl. 10.15.

Nye medlemmer til redaktionen er altid velkommen!

Månedens forsidebillede

Billedet er fra Spiseklub-
bens andet arrangement
som blev afholdt i Kultur-
Værkstedet. Denne gang



var temaet "Mad fra Spanien". Vi blev bospist med flere små serveringer som alle er en specialitet fra dagens tema. Stemningen i spiseklubben er høj og det er ikke kun smagssansen, der bliver forkælet. De fine anretninger og den skønne duft, gør også noget særligt. Disse dage kan vi særligt mærke at vores køkken også mestrer gourmetkunsten, og det er en dejlig luksus.

Billedet på denne side er fra vores beboer/pårørende møde, hvor der var et godt fremmøde.

Også her havde køkkenet sørget for noget godt til os både at spise og drikke.

Lene Wichmann fortalte om Søndervangs økonomi, status på renovering og nye personaler i stabsgruppen blev præsenteret.

Derefter var der spørgsmål og forslag fra beboerne og de pårørende som blev drøftet.

Hilsner fra Redaktionsgruppen og Kultur-Værkstedet

Kære Alle

Den 22. maj havde alle beboere på Søndervang mulighed for at brevstemme både til EU-valget og til folketingsvalget, som er den 5. juni på Grundlovsdag. Jeg ved, at I, som jeg, glæder jer over den høje valgdeltagelse til EU-valget og håber, at det samme vil ske til folketingsvalget. Vi lever i en spændende tid hvor: Verden, Europa og Danmark oplever store forandringer i forhold til magtbalance, klima og befolknings strømninger. Mange folk fra andre kontinenter forsøger i disse år at komme ind over grænserne til Europa, og det er svært at finde en retfærdig og etisk balance i, hvem der lukkes ind i Europa og Danmark. Jeg synes, det er spændende at høre jer beboeres tanker og oplevelser, for I har om nogen oplevet en verden i forandring og i udvikling. Jeg synes, det er svært hvor man skal sætte grænsen for denne indvandring, for alle kan naturligvis ikke bo i Europa. Ordentlighed er en bærende værdi på Søndervang, så hvis og når vi er nød til at stoppe flygtningestrømmene, tror jeg, i er enige med mig i, at det må gøres ordentligt og human.

Tak til alle som deltog i et konstruktivt beboer/pårørendemøde den 20 maj. Referatet skulle være i alles postkasse. Som vi blev enige om på mødet, så er der ønsker om et møde udelukkende vedr. kosten. Dette

møde afholdes den 24. juni kl. 15.30 i spisestuen. Alle er velkomne.

Desuden var der på beboermødet enighed om, at det er en god idé at starte en netværksgruppe for pårørende. Alle pårørende, som er interesseret, er velkomne mandag den 16. september kl. 18-20 i KulturVærkstedet. På første møde vil vi sammen drøfte, hvilke emner der er interesse for tage op, og om der evt. er nogle oplægsholdere, som vi ønsker at trække ind til sparring og drøftelse.

Tak til Leif Hansen for endnu en gang at lade sig vælge som beboerrepræsentant til Søndervangs bestyrelse. Leif deltog allerede i bestyrelsesmødet den 28. maj. Leif Hansen bor i nummer 6 i plejeboligerne. Er der blandt jer beboere fremover ønsker om emner til drøftelse på bestyrelsesmødet, kan I kontakte Leif.

Fortsat rigtig dejlig sommer.

Glæder mig til at møde jer i haven.

I ønskes en dejlig juni måned.

De bedste hilsner
Lene Wichmann
Forstander



Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

Så blev det juni og det er nu officielt den første sommer måned. **Juni** er opkaldt efter Jupiters hustru, Juno. Hun var ægteskabslykkens gudinde. Hun blev også kaldt Himlens og Jordens dronning.

Vi håber også vejret er klar over det er blevet sommer så vi rigtig kan nyde vores have og ture ud i sommervejret. Vi håber at rigtig mange vil ud, og er man ikke til så meget sol, er der også muligheder for plads i skyggen. Midt i juni har vi den traditionsrige Idrætsdag, som i år bliver i Olympiadens tegn og foregår i haven. Udover at vi skal på forskellige ture, skal vi også spille Banko, udendørs Krolf, og vi har en del musikarrangementer. Vi får også besøg af Anette Bohn som kommer og gør os klogere på H.C. Andersen. Så som altid får vi en travl og spændende måned. Vel mødt i Kultur-Værkstedet.



Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

Redaktionsgruppe

Redaktionsgruppen afholdes den 1. og 3. onsdag i måneden klokken 10.15 i Kultur-Værkstedet. Det er her man er med til at lave månedsbladet, snakke om hvilke aktiviteter vi skal lave fremadrettet, lave indlæg i bladet samt finde billeder til bladet og meget mere. Så kunne du tænke dig at snakke med andre engagerede beboere, samt have dit eget præg på Søndervang, tager vi imod dig med åbne arme.

Aften Klaverspil med Kristoffer i Kultur-Værkstedet

Traditionen tro starter vi vores røde bus op og kører ud i naturen når træerne springer ud. Vi kører flere ture i maj måned så det er med at melde sig til og få den fantastiske oplevelse som disse ture giver. Vi kører første gang onsdag den 1. maj klokken 12.45.

Billardgruppe

Vi spiller billard hver fredag klokken 10.00 i Dagligstuen på 1. sal. Her dystes i Keglebillard til stor fornøjelse for alle deltagere og tilskuere. Vi snakker og hygger os, får en kop kaffe til dem der trænger. Alle er velkomne.

Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

Klaverspil på de forskellige teams

Mandage kl. 16:00 kommer Kristoffer rundt på de forskellige teams og spiller forskellige numre på klaveret en times tid. Han skifter mellem de forskellige teams og alle er velkomne. Hold øje i aktivitetskalenderen, hvornår han kommer på besøg. Han er sød og dygtig og en oplevelse værd.

Caféaften med Kristoffer

Mandag den 3. juni kl. 18.30 mødes vi til en hyggelig aften i Kultur-Værkstedet. Kristoffer kommer og spiller en times tid. Dem som endnu ikke har nydt hans klaverspil har mulighed for dette, og dem som allerede kender ham er selvfølgelig også meget velkomne. Vi serverer selvfølgelig også kaffe og kage

Avisgruppe

Hver tirsdag klokken 10.00 læser vi op fra avisen. Vi har både Berlingske Tidende og Frederiksberg Bladet som bliver læst højt og diskuteret. Den første tirsdag i måneden læser vi også Søndervangs månedsblad op. Vel mødt i Kultur-Værkstedet.

Damegruppe

Der er blevet taget rigtig godt imod damegruppen, og der har været et dejligt fremmøde. Vi fortsætter gruppen i Kultur-Værkstedet hver tirsdag kl. 13:30.

Timerne er gået hurtigt, når vi har været samlet. Indholdet har indtil videre været, snak om løst og fast, som damer jo er gode til. Men der har også været interesse for at lære hinanden lidt bedre at kende, som måske fremadrettet kan blive til, at det er lettere at mødes til en lille snak i fx haven. Lone fra kiosken er nu også en fast del af gruppen, så vi vil også lave lidt forskelligt skønhedspleje fremover.

Cykelture

Hvis vejret i juni er til det vil vi cykle ture på vores hus-cykel. Skulle du være interesseret i dette så kom forbi Kultur-Værkstedet og Book en tid. På hver tur kan der komme to beboere med som sidder foran og nyder turen mens Jacob eller Christina er hestekræfterne. Dem der kører afsted forrest på cyklen, bestemmer hvorhen turen skal gå rundt om i lokalområdet.

Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

Debatforedrag om H.C. Andersen

Onsdag den 12. juni klokken 13.30 kommer Anette Bohn forbi og afholder debatforedrag om H.C. Andersen og hans liv. Her vil Anette Bohn fortælle historien om Danmarks berømte forfatter, som også gjorde sig bemærket rundt i verden. Foredraget er et debatforedrag hvor man kan byde ind med spørgsmål og viden undervejs. Der serveres kaffe, te og kage til arrangementet.

Banko

Fredag den 14. juni klokken 13.30 spiller vi igen banko i Kultur-Værkstedet. En plade koster 10 kroner og vi spiller 3 spil af 1 række, 2 rækker og fuldplade. Kom forbi og vær med til at opleve den dejlige stemning samt muligheden for at vinde en god præmie, og ikke mærke mindst spændingen, når man lige mangler det sidste nummer. Efter spillet hygger vi med en kop kaffe og god kage. Vel mødt.

Musikunderholdning med Merete Laursen

Alle gode gange tre. Mandag den 17. maj klokken 14.00 spiller Merete Laursen op til god musik og lidt fællessang. Merete har været her flere gange med stor succes hver gang. Derfor er det endnu en gang

Lø. 01. Fiskedeller med dildkartofler og brunet smør
Citronfromage med piskefløde

Sø. 02. Bøfsandwich med det hele
Regnbueis med flødeskum og vafler

Ma. 03. Blomkålssuppe med bacon
Kalvesteg med stegte kartofler og skysauce.
Hertil salat med druer

Ti. 04. Pestofarseret kylling med kartoffel-løvstikke
mos. Hertil skysauce
Frugtegelé med vaniljecreme

On. 05. VALGFLÆSK med en sød kage til kaffen

To. 06. Fiskepaté med salat og sennepsdressing
Græske dolmere i vinblad med rosmarin-
kartofler og tzatziki

Fr. 07. Kalvespidsbryst med stuvet sommergrønt
Nøddemarengs med kaffecreme

-
- Lø. 08. Grøntsagslasagne med tomat-feta salat
Vafler med jordbærflødeskum
- Sø. 09. Tunmousse med flûtes og salat
Millionbøf med mos og hjemmesyltede rødbeder
- Ma. 10. Hønsekødssuppe med melboller
Tarteletter med kylling og svampe
- Ti. 11. Kalvelever med bløde løg og rød peberfrugt
Jordbær med fløde
- On. 12. Motionsdag, så køkkenet griller i gården
- To. 13. Spiseklubben inviterer på italiensk gourmet i
Kultur-Værkstedet. De første 30 får pladser.
Kom forbi køkkenet og tilmeld jer.
SU. Senest tirsdag d 11.
Medister med stuvet kål
Rødgrød med fløde
- Fr. 14. Pocherede æg med spinat og hollandaise
Frikadeller med kartofler, skysauce og
agurkesalat
- Lø. 15. Fransk løgtærte
Kalv i vin med perleløg og bacon.
Hertil kartoffel-jordkokke mos

-
- Sø. 16. Kalvefrikassé med karotter og nye kartofler
Æblegrød med kanelfløde
- Ma. 17. Braiseret hjerter med sellerimos. Hertil
gremolata (persille med citron og hvidløg)
Crema Catalana med appelsin
- Ti. 18. Smørrebrød til frokost. Lun ret til aften
- On. 19. Kålsuppe med røget flæsk, hjemmelavet pølse
og smilende æg
Tiramisu - italiensk kaffekage
- To. 20. Kold ærtesuppe med champagne og rejer
Græsk Moussaka med tomatsalat
- Fr. 21. Forloren skildpadde med æg og butterdej
Fyldte pandekager med vaniljeis og frugtsauce
- Lø. 22. Kylling i Riesling med druer og persille.
Hertil kartofler
Frugtsalat med pisket fløde og revet chokolade
- Sø. 23. Svinenakke med svampe og fløde. Hertil ris
Jordbærrand med fløde og vanilje

Ma. 24. Fiskegratin med Beurre Blanc (hvid sauce).
Hertil Ærter á la Francaise
Fransk æbletærter

Ti. 25. Hvide asparges med pillede rejer
Revelsben med varm kartoffelsalat



On. 26. Krebinetter med brun sovs og kartofler.
Hertil asier
Kræmmerhuse med flødeskum og solbær

Tor. 27. Røget laks med havesyre og creme fraiche
Rullesteg med svesker. Hertil skysauce og hvide kartofler

Fr. 28. Skaldyrscocktail med krabbe, salat og
køkkenets specialsauce
Glaseret svinekæber med trøffelmos og moderne Waldorff

Lø. 29. Kyllinglevermousse med portvinsgelé og salat
Kogt skinke med stuede sommergrøntsager

Sø. 30. Rio Bravo-gryde med gris, bacon, svampe og
paprika. Hertil ris
Jordbær med marengs og flødeskum

Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

en glæde, at vi kan byde Merete velkommen i Kultur-Værkstedet igen. Efter al den gode musik og sang serveres kaffe, the og kage.



Søndervangs Idrætsdag

Onsdag den 12. juni kl. 10.30 til ca. 11.30 afholdes der idrætsdag på Søndervang.

Langelinietur

Tirsdag den 25. maj kl. 18.30 kører vi til Langelinie. Helt ude på det yderste af molen køber vi en is, og nyder aftenstemningen ved vandet og de mange skibe.

Frokosttur ud i det blå

Mandag den 24. maj klokken 11.30 kører vi på frokosttur ud i det blå. Målet er at finde en god restaurant hvor vi kan få en god udsigt, noget lækkert at spise samt noget godt at drikke. Turen er egenbetaling (cirka 300 kroner alt efter hvor sulten man er). Skulle dette have din/jeres interesse, så meld jer til eller kom forbi Kultur-Værkstedet og snak med os om det. Dem som kommer med får udstedt billet.

Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

Vi spiller Krolf i haven

Mandag den 3. juni kl. 14 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.

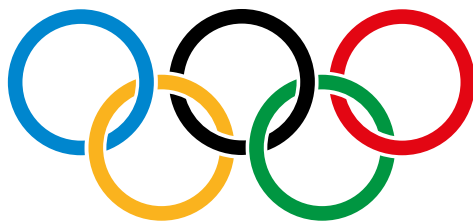
Tur til Frilandsmuseet med frokost

Onsdag d. 19. juni kl. 11 kører vi mod Kongens Lyngby og Frilandsmuseet.

Det smukke udendørs museum har siden 1901 vokset sig større og større med huse og gårde flyttet hertil fra alle hjørner af danmark. Alle bygninger er flyttet ved sirligt at være blevet taget ned sten for sten og genopbygget på museet som de oprindeligt så ud. Der vil være en egenbetaling på entre og frokost i restauranten på ca. kr. 400,-.

Vi bager vafler

Mandag d. 24. maj kl. 18.30 varmer vi op under vaffeljernet og bager lækre vafler i Kultur-Værkstedet. Vi hygger og taler om løst og fast i den skønne duft vaffel-



"Olympiske Lege"

Kære alle på Søndervang!

Så er tiden endelig kommet.

Der er idrætsdag på Søndervang. En tradition som har fulgt os i mange år. Sidste år var dagen sat af til afdansningsbal, i år vender vi blikket mod Olympiske bannere.

I år vil de, såkaldte, "Olympiske Lege" foregå

onsdag den 12. juni

Vi starter kl 10.45 med nationalsang
og fællesgymnastik.

Så fat pandebånd og gummisko
og gør klar til at svede!

Hilsen Terapien

Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

bagning efterlader, og til kaffen nyder vi selvfølgelig de dejlige vafler.

Tur til Bagsværd kirke

Fredag d. 28. juni kl. 13 kører vi ud og ser Bagsværd kirke som blev indviet 15. august 1976.

Kirken er tegnet af den berømte arkitekt Jørn Utzon og er meget speciel i forhold til lysindfald. Jørn Utzon var inspireret af skyerne da han tegnede kirken, og det skulle være en stor oplevelse at bevæge sig rundt i kirkerummet.

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

Film om lørdagen



Efter ønske fra flere beboere, vil vi henover sommeren vise Matador.

Serien følger livet i en dansk provinsby fra 1929 til 1947. Hovedpersonen Mads Andersen-Skjern kommer i 1929 som handelsrejsende til den søvnige stationsby Korsbæk. Han opfatter hurtigt, at byens næringsliv stagnerer og grundlægger en tøjforretning, der ud-konkurrerer byens enerådende Damernes Magasin.

Serien tegner et fint portræt af tiden under 1930'ernes depression og Danmark under besættelsen. Serien følger familiernes liv og får samtidig en ganske præcis beskrivelse af tiden.

**Matador vises lørdag eftermiddag
kl. 13.30 i Kultur-Værkstedet.
Første afsnit vises lørdag den 1. juni.**

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 bestillings-seddel i kiosken senest tirsdag eftermiddag og varerne kan afhentes samme sted om torsdagen.

Nu er det sommer og is sæson igen. Der kan købes is fra PREMIER. Kom over i kiosken og nyd en kop kaffe, the eller lidt koldt at drikke. Inviter gerne dine gæster med.

Oplæsning holder sommerpause.

Lørdag 22. juni er der igen mulighed for at bestille kage fra La Glace, som vi sammen hygger med kl. 14.00 med cacao og kaffe. Kom i kiosken og bestil og betal 75,- pr. person.

Søndag 23. juni er der mulighed for gå/ indkøbstur. Kom og aftal det i kiosken.

Mandage er der linser fra køkkenet i kiosken.

Kom over i caféen, der ordnes negle, hygges o.s.v. kom og lav en aftale og brug dine klip.

Har du en altankasse der skal tilplantes, kan jeg være behjælpelig med at få lavet en aftale med blomsterhandleren.



Kan du gætte fra hvilken sang denne linje er taget:

"Bag alperosernes flor"

(dette er ottende linje i første vers i en kendt operettesang fra 1931)

Titlen på sangen skrives på kuponen nederst på siden,
og **afleveres i den sorte postkasse**, der hænger
ved siden af døren til Kultur-Værkstedet
inden den 21. juni 2019.

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

Majs måneds quizvinder blev: Irma H. Petersen

Majs måneds quizsvar: "Husker du vor skoletid"



Juni 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

Knud Sørensen..... Bolig 035

Henning Skjold Larsen..... Bolig 215

Månedens navne i juni 2019

Fødselsdage		Bolig
05. juni	Ivan I.V. Jacobsen	402
06. juni	Hanna Købgaard Petersen	403
08. juni	Verner Nielsen	045
09. juni	Inger Obinge	042
09. juni	Erik Brenting	046
09. juni	Lisbet Jensen	316
14. juni	Bente Solveig Ellermann	201
14. juni	Jette Christiansen	222
17. juni	John Berg	411
22. juni	Palle Skjoldborg Jørgensen	317
29. juni	Gudmund Boolsen	016



Vi ønsker stort tillykke til alle

Nye beboere	Bolig
Carsten Bent Sørensen.....	310

Flyttet bolig	Bolig
Birgit Aase Blicher Dehlbæk.....	215