

Rundt om Søndervang



Juli 2020

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

PLEJEHJEM Søndervang

Nyelandsvej 87

2000 Frederiksberg

Telefon 38 87 32 16

sdr.vang@frederiksberg.dk

www.plejahjemmet-soendervang.dk



Redaktionen

Jacob og Christina

Redaktionsgruppen er pt. sat på standby da fremmødet er meget svingende. Vi oplever derfor ikke at gruppen lever op til den oprindelige tanke at være et rum for beboernes medbestemmelse. Vi vil i stedet søge medbestemmelsen i de andre grupper vi afholder, når vi er rundt i huset eller hvis/når I hiver fat i os. Kom gerne med jeres tanker om dette.



Ny coronavirus

Beskyt dig selv og andre

Ny coronavirus spredt sig typisk på steder med mange mennesker bl.a. via håndtryk og små dråber fra hoste og nys.
Beskyt dig selv og andre med disse gode råd.



Vask dine hænder tit
eller brug håndsprit



Host eller nys i dit ærme
– ikke dine hænder



Undgå håndtryk, kindkys
og kram – begræns den
fysiske kontakt



Vær opmærksom på
rengøring – både hjemme
og på arbejdspladsen



Hold afstand
- bed andre tage hensyn

Månedens forsidebillede

Juni måneds vejr passer meget godt med sangen "Du danske sommer jeg elsker dig, skønt du så ofte har sveget mig". Juni måned startede kølig og med regn og sluttede af med fantastisk danske sommervejr. Forhåbentlig vil juli måned også kunne give os godt vejr og gode oplevelser. I juni måned afholdte vi sankthans i haven, sammen men på afstand. Vi var cirka 30 mennesker forsamlet i haven til en rigtig hyggelig aften med bål, afbrænding af heksen og sang. Bagefter fik vi friske jordbær og en lille flødebolle. Sommervejret vidste sig fra sin bedste side med en lun aften så mange blev siddende ude i haven og nød den lyse aften.

Månedens forsidebillede er fra sankthans aften som viser heksen i færd med at blive brændt af. I gamle dage tændte man netop bål denne dag for at holde ondskaben fra døren.

Billedet på denne side er taget ude fra vores skønne have. Her ses vores flotte lyserøde roser som virkelig stråler. Skulle man have lyst til at få en buket med op så kontakt Christina eller Jacob. Jo mere vi klipper af jo flere nye roser får vi.



Vi håber sommervejret er med os i juli så vi kan nyde haven og den friske luft. Vi glæder os til at se jer.

Sommerhilsner fra Kultur-Værkstedet

Kære Alle

Den gradvise genåbning af Danmark og Søndervang er indtil nu gået godt. Dog med lokale smittegennembrud i Solrød, Nord Sjælland og Nordjylland. COVID-19 er ikke forsvundet og alle ruster sig til en måske 2. bølge.

Derfor er det utroligt vigtigt, at vi fortsætter de gode rutiner med at vaske hænder, spritte af og holde afstand. Det er godt at se, at beboere og personale nu har faste rutiner med at vaske hænder og spritte af før og efter aktiviteter eller spisning.

Jeg synes, at det er utrolig dejligt og trygt at se og tale med jer pårørende igen. Godt at se, at I ikke har været syge. Beboerne har savnet jer.

Jeg vil dog fortsat minde om, at sundhedsmyndighederne tilråder at besøg sker ude og at man tilråder 2 meters afstand mellem de besøgende og plejehjemsbeboeren. Husk, at I er velkomne til at bede om et visir, hvis I gerne vil sidde tættere. Jeg vil også gerne opfordrer til, at I benytter hele haven, så er det lettere at holde afstand. Læs venligst vores besøgsplan (se side 8).

Det er muligt for 1-2 personer at komme på besøg i boligen efter aftale. Det skal helst være de samme to pårørende – bl.a. af hensyn til et muligt behov for en smitteopsporing i forbindelse med et smittegennembrud her eller hos jeres familie. Patientsikkerheden skal i disse tilfælde rimeligt let kunne gennemføre en smitteopsporing.

Heldigvis har vi endnu ikke haft nogen smittede blandt personalet og fortsat kun et COVID-19 smittetilfælde (i marts måned) blandt beboerne. Styrelsen for patient-sikkerhed er, som nævnt, fremover ansvarlig for smitteopsporingen, hvis en person bliver smittet. Det vil sige, at man går tilbage og registrerer alle som personen har været i kontakt med. Skulle en person med tilknytning til Søndervang vise sig smittet, ville hele personalet og alle beboere i den afdeling, hvor smitten er fundet, skulle testes. Disses familier og øvrige samarbejdspartnere vil også blive kontaktet af Styrelsen for patientsikkerhed med henblik på smitteopsporing. Indtil man har et testsvar anbefales det, at man er i selvisolation.

Nogen beboere er begyndt at tage på besøg uden for Søndervang. Det har vi stor forståelse for, at I kan have behov for. Vi henstiller dog fortsat til, at man undgår store forsamlinger og indkøbscentre.

Heldigvis tegner sommeren til at blive varm og solrig, så er det ikke helt så slemt at være begrænset på aktiviteterne uden for Søndervang. Forhåbentlig vil den gode sommer være med til at bekæmpe virus, så I igen kan komme i teater, til koncerter eller på restaurant.

Alle ønskes en dejlig juli måned.

De bedste hilsner Lene Wichmann



Besøg på Søndervang

Nedenstående besøgsplan er en retningslinje udarbejdet i forbindelse med en gradvis genåbning af Søndervang for pårørende og samarbejdspartnere. Besøgsplanen er udarbejdet for fortsat at hindre smittespredning på plejehjemmet Søndervang. Den er udarbejdet for at beskytte alle beboere, ansatte og besøgende fra at blive smittet med COVID-19.

Sundhedsstyrelsen henstiller i deres seneste retningslinje til, at besøg fortrinsvist foregår uden for i haven. For at din pårørende kan være klar til besøget, opfordrer vi fortsat til, at man laver en aftale om besøg ved Søndervangs sekretær på tlf.: 2898 0569 eller afdelingssygeplejersken og fortæller hvilken dag og tidspunkt man gerne vil komme på besøg.

Ved besøg henstiller vi til at følgende retningslinje overholdes:

- Besøg skal foregå ved bordene spredt i haven eller i et af de to besøgstelte.
- Der vil være personale i haven i tidsrummet 10-17, vi opfordrer til at man så vidt muligt aflægger besøg i dette tidsrum.
- Der skal rengøres mellem hvert besøg, der forefindes sæbevand og sprit – personalet vil være behjælpelig.

-
- Husk afstand og håndhygiejne. Der kan evt. udleveres visir, hvis tæt kontakt ikke kan undgås.
 - OBS. Ved besøg i weekenden skal man ringe ind til sekretæren senest fredag kl. 12.00 eller lave særlig aftale med en af afdelingssygeplejerskerne.
 - Vi opfordrer til at kun én til to primær pårørende kommer på besøg pr. beboer.
 - Hvis beboeren ikke kan forlade boligen, skal et evt. besøg helst aftales dagen før med afdelingssygeplejersken.

Ved ankomst til besøg i haven

1. Gå direkte om i Søndervangs have.
2. Ved ankomst – vask og sprit hænder, dette findes ved de to telte.
3. Vent på at din pårørende følges ned i haven af en medarbejder.
4. Man kan frit vælge hvor man vil sidde i haven. Hold venligst afstand til andre besøgende og undgå direkte kontakt med andre samt din pårørende. Evt. kan der udleveres et visir.
5. Ønsker du at gå en tur med din pårørende uden for Søndervang, skal dette aftales med personalet. Undgå venligst store forsamlinger hvis I er ude.



Ved aftalt besøg i bolig

1. Beboeren udpeger 1-2 primærpårørende, som kan komme på besøg i boligen.
2. Ring på dørtelefon og giv personalet besked om at du er ankommet.
3. Gå direkte ind i elevatoren.
4. Sprit hænder ved standen, når du kommer ud af elevatoren.
5. Gå direkte ind i boligen. Når du er inde, vask hænderne grundigt og sprit dem efterfølgende.
6. Undgå direkte kontakt med din pårørende eller anvend visir.
7. Giv personalet besked når du forlader boligen.
8. Inden du forlader boligen, afvask hænder i boligen, ta' elevatoren og sprit hænderne ved udgangen.

Hold afstand til andre beboere og personale. Vær omhyggelig med håndhygiejne. Alle, som kommer på besøg eller arbejder på plejehjemmet Søndervang har et fælles ansvar for at hjælpe hinanden med at overholde ovenstående retningslinjer og passe på jeres kære og hinanden.

*De bedste hilsner
Lene Wichmann, Forstander*

Nyt fra Terapien

Sommervarmen har ramt os alle som varm luft fra en ovn og vi kan nu alle med sikkerhed sige at sommeren har ramt Danmark.

Dette betyder dog også sommerferie, som betyder at træning og besøg holder pause.

Fra den 13. juli og indtil den 27. juli, vil terapien holde sommerlukket.

Vi kommer til at savne jer i denne periode, men vi vender tilbage med glæde, gå på mod, og solskoldede skuldre!

Vi har sagt farvel til

Anna Gerda Hamberg.....	Bolig 319
Renate Zahn Andersen.....	Bolig 315
Mona Lisa Pedersen.....	Bolig 312
Liselotte Garberg.....	Bolig 413
Lisbet Jensen.....	Bolig 316
Verner Nielsen.....	Bolig 045

Aktiviteter på Søndervang juli 2020

Uge 27 - Onsdag den 1. juli

Jacob er i huset formiddag og eftermiddag

Torsdag den 2. juli

Christina og Jacob er i huset formiddag og eftermiddag

Fredag den 3. juli

Christina og Jacob er i huset formiddag. Christina om eftermiddagen

Kl. 10.00 Billard i Dagligstuen

Lørdag den 4. juli / Søndag den 5. juli

Uge 28 - Mandag den 6. juli

Jacob er i huset formiddag og eftermiddag

Christina er i huset eftermiddag og aften

Kristoffer spiller klaver på team 3

Tirsdag den 7. juli

Christina og Jacob er i huset formiddag og eftermiddag

Kl. 10.00 Avislæsning i Kultur-Værkstedet

Onsdag den 8. juli

Christina og Jacob er i huset formiddag og eftermiddag

Torsdag den 9. juli

Christina og Jacob er i huset formiddag og eftermiddag

Fredag den 10. juli

Christina og Jacob er i huset formiddag. Jacob om eftermiddagen

Kl. 10.00 Billard i Dagligstuen

Lørdag den 11. juli / Søndag den 12. juli

Uge 29 - Mandag den 13. juli

Christina er i huset eftermiddag og aften

Tirsdag den 14. juli

Christina er i huset formiddag og eftermiddag

Kl. 10.00 Avislæsning i Kultur-Værkstedet

Onsdag den 15. juli

Torsdag den 16. juli

Christina er i huset formiddag og eftermiddag

Fredag den 17. juli

Christina er i huset formiddag og eftermiddag
Kl. 10.00 Billard i Dagligstuen

Lørdag den 18. juli / Søndag den 19. juli

Uge 30 - Mandag den 20. juli

Christina er i huset eftermiddag og aften
Kristoffer spiller klaver på team 4

Tirsdag den 21. juli

Christina er i huset formiddag og eftermiddag
Kl. 10.00 Avislæsning i Kultur-Værkstedet

Onsdag den 22. juli

Christina er i huset formiddag og eftermiddag

Torsdag den 23. juli

Christina er i huset formiddag og eftermiddag

Fredag den 24. juli

Christina er i huset formiddag
Kl. 10.00 Billard i Dagligstuen

Lørdag den 25. juli / Søndag den 26. juli

Uge 31 - Mandag den 27. juli

Christina er i huset formiddag og eftermiddag
Kristoffer spiller klaver i Kultur-Værkstedet

Tirsdag den 28. juli

Christina er i huset formiddag og eftermiddag
Kl. 10.00 Avislæsning i Kultur-Værkstedet

Onsdag den 29. juli

Torsdag den 30. juli

Christina er i huset formiddag og eftermiddag

Fredag den 31. juli

Christina er i huset formiddag og eftermiddag
Kl. 10.00 Billard i Dagligstuen

Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

Efter en dejlig juni med nogle skønne sommerdage og aftener 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 vi, Jacob og Christina, er fra det velstillede borgerskab, ved vi ikke rigtig, men i hvert fald holder vi på skift ferie i juli og august. Kultur-Værkstedet holder ikke ferie, men vi er stadig begrænset i forhold til at vi skal lave aktiviteter i små grupper, samt at vi skal holde afstand.

Flere beboere har givet udtryk for at de ikke helt er klar over, hvad der sker af aktiviteter i Kultur-Værkstedet og hvordan de kommer til at deltage. Der kommer nok til at gå noget tid, før vi kommer til at gå tilbage til det system vi havde før Corona, med annoncerede aktiviteter, faste grupper og tilmeldingsliste. Dette fordi vi stadig ikke må være flere end 12 personer samlet af gangen i Kultur-Værkstedet, og hvis vi slår aktiviteter op officielt i huset, vil der kom-

me for mange. Vi er også nød til at være meget synlige i haven, da der er mange besøg, samtidig med at I beboere også skal kunne være der på sikker afstand af hinanden.

I stedet har vi lavet et system, hvor vi har været mere opsøgende blandt jer beboere, samt bedt jer om at tilkendegive jeres ønsker til personalet, så vi får et godt udgangspunkt for, hvad vi skal arrangere. Det er vigtigt, at vi hjælpes ad om denne opgave, da vi har svært ved at nå rundt til alle ellers.

I tiden med Corona har vi haft holdt fast i de eksisterende damegrupper og mandegruppe. Vi har mødtes i mindre grupper og har derfor ikke haft dem slået op. Dette fortsætter vi med.

Ligeledes har vi haft avislæsning og Billard. Nu er de 2 sidstnævnte på aktivitetskalenderen igen.

Ud fra beboernes ønsker har vi vist opera, film og dokumentarer i Kultur-Værkstedet. Vi har også haft afholdt 2 bankospil, med deltagere som har ønsket det. Dette system, hvor vi arrangerer efter, hvad I har lyst til, i små grupper, fortsætter vi med, så længe der er behov for det. Og det bliver ikke slået op.

Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

Ture ud af huset i vores bus har vi ikke mulighed for, da det ikke er forsvarligt at sidde så mange tæt, men vi vil nu åbne op for at køre små ture med en enkelt af jer af gangen eller ægtepar sammen. Vi vil gøre alt hvad vi kan for at opfylde jeres ønsker, på en forsvarlig måde.

Vi har også nu mulighed for at køre jer ture rundt på Frederiksberg i vores Christiania cykel.

Kristoffer vil igen starte med at komme om mandagen og spille for os rundt på afdelingerne. Han vil skifte, så han spiller for en ny afdeling hver mandag, og når han spiller for team 1, bliver det i Kultur-Værkstedet.

Kristoffer vil kun spille og ikke synge, da det kræver stor afstand, hvis der skal synges.

Derfor kan vi desværre heller ikke invitere Henriette som har haft sanggrupper og Søs vores wellnessdame indenfor endnu. Begge disse aktiviteter kræver stor afstand.

Vi har i denne tid også hjulpet rigtig mange beboere med at holde kontakt til deres kære via telefonopkald og videoopkald. Dette gør vi stadig, også selv om der nu er åbnet op for besøg.

Det kræver stadig sin mand og kvinde at være en del af denne coronatid, især når man bor på plejehjem.

Som en beboer så fint udtrykte det:

"Jeg synes denne tid tangerer "benspænd".

Det synes, vi er en fin og rigtig beskrivelse.

Ingen af os har prøvet det før, og vi ved ikke hvor længe det skal vare. Til gengæld ved vi, at så længe vi står sammen og følger forholdsreglerne, så gør vi det, så godt vi kan.

Vi ønsker jer en dejlig og på mange måder solrig juli.

*Glade sommerhilsner fra Jacob og Christina
i Kultur-Værkstedet.*



Det muntre
hjørne og
unødvendig
viden

Gamle ordsprog som stadig har stor visdom:

Lysten driver værket

Man bliver ikke selv hvid
fordi man sværter andre

Øvelse gør mester

Tit er frygten større end faren

Hvor der er vilje er der vej

Bogreolen i Kultur-Værkstedet

I Kultur-Værkstedet har vi en bogreol som er til fri afbenyttelse. Her kan man låne en bog eller man kan tage en bog med ned som andre kan læse. Mangler i læsestof er I også velkomne til at henvende jer til Christina eller Jacob som måske kan hjælpe jer med nyt læsestof.

Først i Danmark

Balloner:

Den første ballon, som blev fremstillet i Danmark steg til vejrs fra dansk grund, blev opsendt 27. december 1783 fra Svaneapotekets gård på Østerbrogade. Ballonen var fremstillet op opført af indehaver, og apoteker Johannes Andreas Mülenstedt.

Den første ballonfærd i Danmark blev foretaget lørdag den 23. april 1811. Johan Peter Colding gik op fra sin broders ejendom tæt ved Nørreport i København, og efter en times tid i luften landede i god behold ved Brønshøj Bakke.

Skulle man have lyst til sådan en ballonfærd så kontakt Christina og Jacob som for tiden er i gang med at undersøge muligheden for dette.

De første tandlæge i Danmark var de samme som landet første læger – smede, kloge koner, munke og så videre, som blandt andet også blev kaldt tandbrækkere eller, ligesom lidt mere betryggende, tandtrækkere.

Det kan muligvis give et nyt og mere positivt syn på ens/jeres kommende besøg hos en sin tandlæge.

Og til slut en lille vittighed:
Hvordan får man en fisk til at grine?
– Man putter den i kildevand

Hvor godt kender du Frederiksberg

- Hvilket parti har stået i spidsen for Frederiksberg i over 100 år?
- Hvilken fugl optræder 3 gange på Frederiksberg byvåben?
- Hvem var statsministerfrue som senere blev selv blev folkevalgt politiker på Frederiksberg?
- Hvor mange mennesker bor der cirka på Frederiksberg?
- Hvad hedder den nuværende borgmester på Frederiksberg?
- Hvilket punkt er det højeste på Frederiksberg?
- Hvornår blev Frederiksberg Rådhus bygget og hvor mange år tog det?
- Hvad er den højeste bygning på Frederiksberg?
- Hvilken dansk/italiensk sanger og charmør bor på Frederiksberg og har optrådt på Søndervang Plejehjem?
- Hvilken historiske bygning er den ældste på Frederiksberg?

*Skulle du/I være i tvivl om svarene ligger
Kultur-Værkstedet inde med dem :)*



Kan du gætte fra hvilken sang denne linje er taget:

"når om våren hver fugl"

(dette er fjerde linje i første vers af en traditionsrig
dansk sang af Holger Drachmann)

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 20. juli 2020.

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

Juni måneds quizvinder blev: Erik Møller

Juni måneds quizsvar: "Du dansk sommer jeg elsker dig"



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 må pt. max spise ti personer ad gangen

Der vil være personale til stede.

Kiosk og Café

I Caféen kan beboere i kioskens åbningstid få kaffe

Mandag kl. 10.00-14.00

Tirsdag kl. 10.00-14.00

Onsdag kl. 10.00-14.00

Torsdag kl. 10.00-14.00

Fredag lukket

Lørdag samt søn- og helligdage kl. 11.00-15.00

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 i Kiosken

I Kioskens åbningstider

Månedens navne i juli 2020

Fødselsdage		Bolig
03. juli	Ruth Ingeborg Olsen	309
22. juli	Eva Margareta Sørensen	304
31. juli	Egon Tage Hansen	206



Vi ønsker stort tillykke til alle

Nye beboere		Bolig
Anders Rosengaard.....		207
Hanne Thorup.....		315
Benedicte Bjørn Rasmussen.....		319
Per Aaby Sørensen.....		320

Flyttet		Bolig
John Alex Olsen.....		207
Tove Mårtensson.....	318 til	039
Bente Andersson.....		039