

# Rundt om Søndervang



Januar 2021

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

PLEJEHJEM  
**Søndervang**

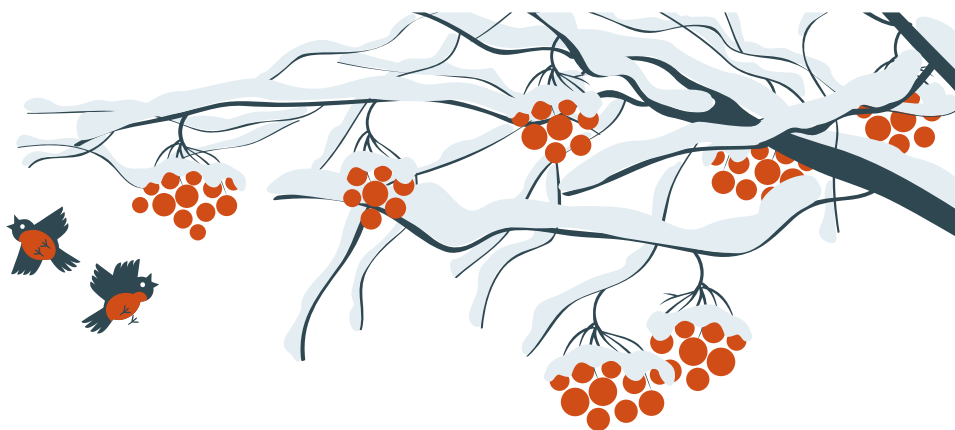
Nyelandsvej 87

2000 Frederiksberg

Telefon 38 87 32 16

sdr.vang@frederiksberg.dk

www.plejihjemmet-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 spreder 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



Alt juleræset er overstået. Vi er gået ind i et nyt år med håb om en masse gode oplevelser og en mere almindelig verden.

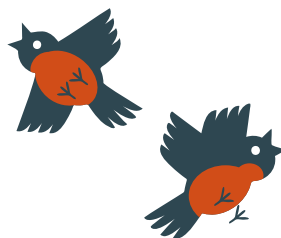
I Kultur-Værkstedet fik vi masser af gode oplevelser i december måned. Her blev blandt andet afholdt julekoncerter og julegudstjenester på storskærmen. Nogle af de andre ting vi også gjorde var at pynte vores juletræ, bage klejner samt en masse andet.

---

Vi holdt også den traditionsrige julefrokost, dog i år på afstand og på de enkelte Teams. Billedet på side 4 er taget oppe fra Team 3. På billedet ses beboere i fuld gang med at spise den gode frokost og skåle i snaps. Vi håber I alle sammen havde en god dag.

Månedens forsidebillede er taget ude fra vores have. Trods det er vinter, koldt og mørkt er der lys forude. På billedet ses en rose skyde her i vinterkulden. En rose er symbol for den elskede og den unge pige. I vinter kulde og mørke skyder rosen frem fra den frosne jord, og er på en gang skrøbelig, stærk og giver håb for lysere og varmere tider.

Vi glæder os til at tage en masse billeder af jer i det kommende år. Vel mødt i Kultur-Værkstedet i 2021.



*Godt nytår til jer allesammen.*

# Kære Alle - Velkommen til 2021

---

Et nyt år er begyndt. Regeringen har holdt det første pressemøde og allerede indført yderligere restriktioner. Desværre har Søndervang allerede inden jul været tvunget til at lukke ned. Næsten et helt år holdt vi CORONA-virusset ude, men lige før jul sneg den sig ind, og de første medarbejdere og beboere viste sig smittet. Nogen med symptomer og nogen uden symptomer. Fællesspisningen juleaften blev i hast aflyst, og siden er alle sociale aktiviteter blevet lukket ned og aflyst. Beboerne er blevet bedt om at opholde sig i egen bolig indtil smitteudbruddet er under kontrol. Jeg ved, at det er både hårdt og trist, men desværre er isolation den eneste mulighed, der er for at stoppe yderligere smittespredning.

Her - en uge ind i januar - ser det heldigvis ud til at udbruddet er ved at stilne af. De fleste, både medarbejder og beboere, er raske igen og kan komme ud af isolationen. Flere af de beboere, som har haft behov for indlæggelse, er nu udskrevet igen og heldigvis velbefindende. En håndfuld medarbejdere og beboere er desværre hårdere ramt og har brug for yderligere tid til restitution. De ønskes alt det bedste fra os alle her på Søndervang.

I alt 158 medarbejdere og beboere blev vaccineret lørdag den 2. januar 2021. Vaccinen skulle virke 90% allerede efter en uge, så der er håb om, at færre bliver smittet i

---

fremtiden – og hvis man bliver smittet, så viser sygdommen sig i en mildere grad. Det er fortsat planen, at anden vaccine skal gives lørdag den 23. januar 2021, med mindre Sundhedsstyrelsen vælger at vente til 6 uger efter første vaccine. I modtager besked så snart der er nyt fra ministeriet. De, som ikke modtog første vaccination i lørdags, vil kunne få den på næste vaccinationsdag.

Selv om mange nu er vaccineret, så fortsættes teststrategien på Søndervang. Det betyder, at alle beboere testes en gang om ugen indtil alle testsvar er negative. Alle beboere er senest testet onsdag den 6. januar 2021. Regionen, der er ansvarlig for at analyserer testene, lover nu, at det samlede testsvar vil komme langt hurtigere. Personalet testes fortsat som minimum en gang om ugen.

CORONA-virusset er virkelig vanskeligt at bremse. Smitten på Søndervang er kommet fra mange sider og kan ikke tilskrives en bestemt situation, medarbejder, beboer eller pårørende. Så lad os sammen prøve at holde den væk ved at holde afstand og ved kun at se få mennesker. Og ved at opretholde en god hygiejne.

Alle ønskes det bedste i januar, trods isolation og andre afsavn.

*De bedste hilsner Lene Wichmann, Forstander*

# Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

---

Så kom det nye herrens år 2021. Det er blevet januar og mørket som har omsluttet os i lang tid er så småt begyndt at trække sig tilbage. Vi går langsomt men sikkert mod lysere tider. Dagen er i skrivende stund blevet 15 minutter længere.

Et årsskifte er jo også en ny begyndelse på et helt nyt og spændende år som ligger og venter på os. Men det til trods er der jo desværre stadig meget Corona-virus i Danmark som vil påvirke det vi kan lave i Kultur-Værkstedet det næste lange stykke tid.

Vi kæmpede en hård kamp og brav kamp mod Corona-virussen her på Søndervang Plejehjem i 2020, hvor vi længe kunne holde den for døren, men desværre fik vi den ind i slutningen af året, hvor flere beboere og personale blev ramt. Derfor er det så vigtigt at vi får holdt afstand og sørger for god håndhygiejne, så vi kan få bugt med virussen og smidt den for døren igen.

Den kommende tid vil Kultur-Værkstedet og alle fællesaktiviteter derfor være lukket ned. Der vil heller ikke være Wellness, Gudstjenester, ligesom vores huspianist Kristoffer ikke kan komme før vi igen er frie for Corona på Plejehjemmet. Så så længe vi er



---

lukket ned kan vi desværre ikke tilbyde det store fra Kultur-Værkstedet. Vi vil stadig være i huset og der vil være mulighed for en gåtur, som video-opkald til jeres kære og andre småting, men alt vil være i en til en kontakt som det er nu. Skulle der være specielle behov eller ønsker kigger vi selvfølgelig på det.

Ellers vil vi hjælpe til rundt om i huset hvor det giver mening mens vi ikke rigtigt kan lave noget.

Da vi heller ikke skal gå for meget rundt i hele huset og risikere at bringe eventuel smitte rundt, vil det i januar være sådan at Jacob fortrinsvis er tilknyttet Team 1 og Christina Team 2-3-4.

Det er jo en kedelig start på det nye år men lørdag den 2. januar blev vi alle første gang vaccineret og det er jo et kæmpe skidt mod en tilbagevenden til den verden vi kendte og holdte mere af.

Så snart det er muligt at lave aktiviteter igen vil vi give jer besked om dette. Og vi glæder os meget til at give jer en masse gode oplevelser i 2021 lige så snart det kan lade sig gøre.

Til slut vil vi sige tak for et anderledes og lidt hårdt år hvor vi ikke har kunnet lave alle de ting vi ville og leve på en helt anden måde på grund af Corona-pandemien. Ingen har vist kunnet forstille sig at 2020

## Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

---

ville udarte sig som det har gjort. Heldigvis er håbet lysegrønt og vi er sikre på at vi går bedre tider i møde med en vaccine i kroppen.

En rigtig godt nytår ønsker vi jer med et håb og ønske om et bedre år end 2020.

Cheng og køkkenet er smittet, Morten og Jean er negative pt., der er mange syge, cirka 10 personer.

*Mange hilsner fra Kultur-Værkstedet, Christina og Jacob.*

## "Nyt" fra Terapien

---

Kære alle, grundet det seneste udbrud af Corona har vi valgt, fra Terapiens side, at stoppe al holdtræning og meget af den individuelle træning indtil februar.

Hvis nogen har brug for træning, er vi villige til at aflevere elastik samt instruks i øvelser man kan lave i eget hjem.

Vi glæder os meget til et coronafrit og vaccineret Søndervang, hvor vi kan møde jer alle med et smil!

*Glædelig Januar - Terapien*

- Fr. 08. Ribbesteg med surt, gravad laks med  
rævesauce, ostemad  
*Hindbærmousse*
- Lø. 09. Gullashsuppe med creme fraiche og ostebrød  
*Citronfromage*
- Sø. 10. Kalkun med flødestuede jordskokker  
*Chokoladekage med romcreme*
- Ma. 11. Tunmousse med brød og dressing  
*Mørbradgryde med pølser og svampe, samt ris*
- Ti. 12. Farsbrød med dampede ærter og gulerødder,  
samt letstuede kartofler  
*Sveskegrød med romcreme*
- On. 13. Rullesteg med rodfrugtemos, samt råkostsalat  
*Rabarber/jordbærtrifli*

- 
- To. 14. Fisketerrin med blomkålsgratin og en lille salat  
*Chokoladecake med vanillecreme*
- Fr. 15. Skinkesteg med grøntsags-ratatouille og pesto  
*Solbærsuppe med fed creme fraiche*
- Lø. 16. Kalkun i karrysovs serveret med ris  
*Frugtsalat med romcreme og chokolade*
- Sø. 17. Langtidsbraiseret okse med flødekartofler og  
bønnesalat  
*Karamelrand*



**Der er forbehold for små ændringer  
grundet situationen med Corona**

# Det muntre hjørne og unødvendig viden



Foto lånt fra  
Google

## Berømte danskere

Den kommende tid under denne rubrik vil der blive taget kendte danskere op. Skulle du have et forslag til en spændende dansk berømtthed som du godt kunne tænke dig at vide mere, om så kontakt Kultur-Værkstedet.

Valget er denne gang faldet på en verdenskendt pianist og entertainer, **Victor Borge**.

"Børge Rosenbaum, bedre kendt som Victor Borge blev født den 3. januar 1909 i København. Han voksede op i Classensgade 40 på Østerbro. Det musikalske talent havde han fra faderen, kgl. kapelmusikus Bern-

## Det muntre hjørne og unødvendig viden

---

hard Rosenbaum og moderen, pianisten Frederikke Rosenbaum. Han debuterede i 1926 i Odd Fellow Palæet. I 1930'erne medvirkede han i fem spillefilm under sit borgerlige navn, Børge Rosenbaum.

I 1940 blev Børge Rosenbaum tvunget til at forlade Danmark på grund af den nazistiske jødeforfølgelse. Skønt han ikke talte engelsk, lykkedes det ham snart at "oversætte" sin humor, og han optrådte i Bing Crosbys radioprogram Kraft Music Hall i 1941. Allerede det næste år blev han udnævnt til "the best new radio performer of the year" af den amerikanske presse, og fra da af gik det kun fremad.

Han blev især kendt for sit One-man-show Comedy in Music i Golden Theatre, New York, i perioden 1953-56.

Senere turnerede han verden over og kom ofte til Danmark, hvor han optrådte i dansk tv, på Det Kongelige Teater og ved koncerter i Tivolis Koncertsal. Kritikere mente, at han havde svært ved at forny sig, mens hans beundrere holdt af og nærmest ventede på de klassiske tricks. Blandt hans kendte numre var "fonetisk tegnsætning", hvor komma, punktum, tankestreg mv. blev omsat til lyde. Ved sine koncerter i



Foto lånt fra  
Google

Danmark afsluttede han sit show med stille passager af dansk musik, herunder Hist hvor vejen slår en bugt og I Danmark er jeg født nogle gange med medvirken af Det Kongelige Danske Musikkonservatoriums Børnekor, som han var protektor for.

I foråret 1957 købte Victor Borge det lille smukke slot Frydenlund i Vedbæk for ca. 1,5 millioner kroner. Han ombyggede slottet med henblik på sine årlige ferieophold i Danmark. Han solgte slottet igen i 1960. Men han blev ved med at komme til Danmark og holdt af at vandre rundt i København og mindes".<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Al tekst taget fra Wikipedia

# Det muntre hjørne og unødvendig viden

---



## Bogreolen i Kultur-Værkstedet

I Kultur-Værkstedet har vi en bogreol som normalt er til fri afbenyttelse. Her kan man låne en bog eller man kan tage en bog med ned som andre kan læse. Men nu er det Corona-tider og derfor er bogreolen **lukket** ligesom Kultur-Værkstedet. Det er igen for at forhindre corona-virussen i at sprede sig. I får besked i så snart det er muligt at benytte bogreolen igen.

## Lidt (U)nyttig viden om juletræet

Nu er julen jo overstået og juletræerne er blevet smidt udenfor igen. Men hvorfor er det egentlig at vi tager grantræer ind til julen? Det kommer der her lidt viden om her.

Juletræet har sin oprindelse i Tyskland, hvor de første lokale historier om juletræer dukker op i løbet af 1500-tallet fra byer som Bern, Freiburg og Strasbourg. Martin Luther sagdes at have sat tændte lys på et stedsegrønt træ. Det allerførste juletræ man har kilder for var, et grantræ i Freiburg som en bager hæng-



---

te slik på. I år 1521 måtte byrådet sætte vagter ud ved Kinzheimer byskov for at holde borgere væk fra fældning af juletræer.

Indtil ca. 1800-tallet var skikken med juletræer et lokalt fænomen hos borgerskabet, som hentede træer ind i stuen til jul. Efterfølgende spredte skikken sig op gennem Tyskland, og i 1796 stødte man første gang på juletræet på Wandsbeck Slot i Holsten.

I Danmark blev juletræet udbredt via de dansk-tyske familier. På godset Holsteinborg i Sydsjælland blev det første juletræ tændt i 1808. I København blev juletræet introduceret i år 1811 hos familien Lehmann i Ny Kongensgade, hvor det vakte stor opsigt. Nysgerige personer satte stiger til vinduerne for at kunne se juletræet. Juletræet blev på den tid i almindelighed anset for et tosset påfund. Det må siges at det siden er blevet modbevist og er blevet en årlig tradition i størstedelen af de danske hjem.

Hvornår og hvorfor vi begyndte at gå syngende rundt om juletræet vides ikke. Ligger I inde med den viden må I meget gerne viderebringe den så den kan blive tryk her og opklaret.

# Det muntre hjørne og unødvendig viden

---

## København i 1869

I 1869 boede der kun omkring 200.000 mennesker. Alligevel var det den største by i Danmark, og den voksede hele tiden. Der var skoler, universitet og fabrikker, og det var her Danmarks regering holdt til - ligesom i dag.

Havnen havde stor betydning for byen, og dens arbejdspladser trak mange familier til, som alle håbede at finde et bedre liv her, end det de havde på landet. Men det var svært for tilflytterne at finde et sted at bo.

Byen var omgivet af volde, og det var ikke tilladt at bygge uden for voldene. Derfor måtte folk bo meget tæt sammen, og der blev bygget lejligheder i mørke, fugtige og små gader overalt, hvor man kunne inde plads.

Byen var forurenset, og selv om der var kommet kloakker, var der stadig et problem med drikkevandet, som blev ledt i utætte ledninger af træ ind til de forskellige beboelseskvarterer.

Kloakkerne havde dog hjulpet på folks sundhed. Man måtte indrømme, at det var nødvendigt at lave kloakker, hvis man skulle undgå sygdomme som f.eks.

---

kolera, der havde ramt Københavns befolkning i 1853. Dengang døde ca. 5000 af Københavns indbyggere.

Som I har læst kunne det være et hårdt liv at leve i København på denne tid. Her nedenfor kommer en lille historie fra Martin Andersen Nexø's families liv da han var blot 4 år.

### **Det er svært at få arbejde i København**

Familien var flyttet til en ny og bedre lejlighed, men den var også dyrere, og der skulle skaffes flere penge.

På den tid var det almindeligt, at man fik udbetalt en del af sin løn i naturalier. Det gjorde Martin Andersen Nexø's far, Hans Jørgen også. Han arbejdede på et brændevinsbrænderi og fik udbetalt 1/4 af lønnen som brændevin.

Selvom han havde lovet sig selv, at han ikke ville drikke, fordi han havde set, hvad der skete med folk, som gjorde det – begyndte han alligevel. For hvad skulle han ellers gøre med snapsen? Han kunne ikke sælge den, for der var mange andre, der var i samme situation som ham selv. De havde også fået en del af deres løn på denne måde.

## Det muntre hjørne og unødvendig viden

---

Efterhånden som han vænnede sig til at drikke, begyndte han også at gå på værtshuse og drikke der. Det var dårligt for familiens økonomi, for de havde ikke mange penge i forvejen.

Moderen gjorde, hvad hun kunne for at skaffe penge til familien, og Martin måtte allerede som 4 årig hjælpe hende med at dele aviser ud.

Det var i det hele taget dårlige tider i Danmark. Arbejdsløsheden var stor, og mange valgte at rejse. De udvandrede til Amerika, som på den tid, var det sted, hvor nye ting kunne ske, og hvor der var muligheder for at skabe en ny tilværelse.

Nogle år tidligere var Martin Andersen Nexø's mors søster emigreret til Amerika, og hun skrev hjem, og fortalte om de mange muligheder, der var derovre. Martins far var meget fristet til at rejse, men Martins mor forlangte, at han blev hjemme og tog sig af sin familie.

For det meste var faderen arbejdsløs. I de perioder, hvor han ikke havde arbejde, blev han modløs og var svær at være sammen med og irriteret over for bør-

---

nene. Det gjorde noget ved ham, at han måtte lade sin kone og børn arbejde for at tjene til udgifterne, og at han ikke selv kunne bidrage ret meget.<sup>2</sup>

Denne lille historie afslutter månedens "Det muntre hjørne og unødvendig viden" klumme. Skulle nogen have ideer og tanker om hvad klummen skal bestå af næste gang, så hiv fat i personalet på din afdeling, så vil de viderebringe det til rette sted.

Rigtig godt nytår her fra Kultur-Værkstedet.

*<sup>2</sup> Alt tekst fra "København i 1869" og "Det er svært at få arbejde i København" er taget fra internetsiden [www.andersennexoe.dk](http://www.andersennexoe.dk)*

### **Vi har sagt farvel til**

Henry Hansen.....	Bolig 023
Harry I. Micheelsen.....	Bolig 013
Agnes S. Sandfeld.....	Bolig 407

# Da vi alle blev vaccineret



Lørdag den 2. januar var dagen hvor vi alle fik muligheden for at blive vaccineret for Corona-virus. Den oprindelig plan var at vi skulle have været vaccineret mandag den 4. januar Men grundet den megen smitte i samfundet, blev det besluttet at fremrykke det.

Nedenfor er der billeder fra dagen, som er noget af en milepæl i kampen mod Corona-viruset. Det første billede viser den bil som kom med vaccination til



os. Selve vaccinationen er meget skrøbelig og skal transporteres i omkring 70 minusgrader og er pakket godt ind da den ikke tåler for mange rystelser. Når den så kommer frem skal den blandes af et hold specialiserede personale, og fra den er blandet må der maksimalt gå tre timer inden den bliver sprøjtet ind i kroppen på et menneske, ellers duer den ikke. Det er derfor ikke helt nemt, og der skal meget planlægning til for at det hele glider let. Det synes vi nu at det



gjorde her på Søndervang Plejehjem og det var en god dag, trods omstændighederne, som nok vil være en af de dage man kommer til at huske som noget specielt.

Derfor skal der også sendes en tak til personale og jer beboere for at få det til at glide så godt. De tre andre billeder viser Vaccinationen blandet og klar i kanyler samt to personaler som blev vaccineret.





# *Gæt en sang – og vind en præmie!*

**Du vælger selv: chokolade, vin eller en blomst**

Kan du gætte fra hvilken sang denne linje er taget:

**"Midt i den kolde vinter"**

(Dette er 6. linje i første vers af en oprindelig tysk sang, som Thomas Laub gjorde til en dansk salme. Sangen omhandler en blomst som spirer frem fra den frosne jord)

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. januar 2021.**

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

**December måneds quizvinder blev: Birgit Dehlbæk, bolig 11**

**December måneds quizsvar: "Julen har bragt velsignet bud"**



Januar måneds sang er: \_\_\_\_\_

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

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

---

## **Spisestuen åbningstider**

### **Lukket indtil andet meldes ud**

- 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**

### **Lukket indtil andet meldes ud**

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 kl. 10.00-14.00

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 januar 2021

<b>Fødselsdage</b>		<b>Bolig</b>
02. jan.	Knud Rasmussen .....	316
05. jan.	Kirsten Nielsen .....	029
14. jan.	Ingrid Nielsen .....	422
14. jan.	Gerda Fabricius Laustesen .....	408
15. jan.	Lissa Shin .....	303
17. jan.	Henriette Bjørn Rasmussen .....	411
21. jan.	Brigitte Damsholt .....	314
21. jan.	Carl Erik Lund .....	036
22. jan.	Alville Laursen .....	404
23. jan.	Annie Ege .....	014
23. jan.	Per Thorsager .....	420
29. jan.	Iben Nørhede .....	038



*Vi ønsker stort tillykke til alle*

<b>Nye beboere</b>		<b>Bolig</b>
Kell B. E. og Lieselotte Larsen.....		004