

# Rundt om Søndervang



Marts 2021

*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](http://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

---

Trods de kedelige tider med Corona-virus, afstand og restriktioner er der lys i mørket bogstavligt talt. Vi går den lysere tid i møde og i Kultur-Værkstedet kan vi nu tilbyde køreture og aktiviteter i den boble I er i. Det blev blandt andet udnyttet til to ture til Eremitageslottet i februar. Den ene tur i frost og sne og den anden i næsten forårsvejr. Her blev holdt kaffe og kage pause oppe ved slottet. Bagefter kørte vi til Rådvad hvor månedens forsidebillede også er taget fra. Her ses Rådvad Kro i baggrunden, med den tidligere knivfabrik på højrehånd og søen på venstre hånd.

Skulle du have lyst til en køretur med din boble, altså dem I spiser sammen med, så giv besked på din afdeling, så vil de sørge for at vi i Kultur-Værkstedet får det at vide. Så vi kan planlægge en tur med jer.

Det andet billede er igen taget et "hemmeligt" sted i vores have som I må ned og se om I kan finde. Billedet viser et træningsredskab til at strække ryggen ud eller lave armhævnninger i. Der er en snoet sti som er begroet af mos omgivet af træer og buske. Tag en tur ned i haven og se om du kan finde stedet som også lokker med udsprungne vintergækker.



# Kære Alle

---

I knapt et år har vi nu levet med CORONA – både inde på Søndervang og i samfundet. Alles hverdag har været, og er, påvirket af denne virus, som det endnu ikke er lykket at på bugt med. Det er dog glædeligt, at 90% af Søndervangs beboere nu er vaccineret 2 gange, og at de øvrige beboere lørdag den 27. februar 2021 fik 1. vaccine. Mange medarbejder har ligeledes modtaget 2. eller 1. vaccine. Så vi er på rette vej.

Desværre kan man, ifølge de seneste undersøgelser, stadig godt blive smittet eller sprede smitte selv om man er vaccineret. Virus muterer og det er derfor endnu ikke tid til at lukke hele samfundet op igen.

Styrelsen for Patientsikkerhed beslutter, hvornår plejehjemmene generelt, og på Frederiksberg, kan åbnes igen. I skrivende stund er der endnu ikke nogen meddelelse om dette. Dog er det sikkert, at alle fortsat skal holde afstand, spritte hænder, anvende mundbid og visir, da dette er de vigtigste virkemidler for at undgå evt. smittespredning. Ligeledes skal personalet fortsætte med PCR-test (halspodning) to gange om ugen, og I beboere skal også forvente fortsat at skulle testes, ligesom vi henstiller til, at jeres pårørende regelmæssigt bliver testet.

Flere har spurgt til Søndervangs frisør. Desværre er der ikke åbnet op for, at frisører må starte på arbejde

---

igen. Da vi følger de generelle anbefalinger i samfundet, kan Søndervangs frisør derfor heller ikke starte igen.

Alle har udfordringer pga. CORONA-pandemien. Derudover er der desværre opstået problemer med drikkevandet lokalt på Frederiksberg. Idet der søndag den 28. februar 2021 er fundet lave koncentrationer af jordbakterier i drikkevandet på Frederiksberg. Det betyder, at vandet skal koges inden det drikkes, og at man skal anvende kogt vand eller flaskevand til kaffe, tandbørstning mm. Det er ikke sundhedsfarligt at tage bad eller vaske hænder i vandet. Der er en formodning om, at vandforureningen kommer til at vare én uge mere. I denne periode leverer Frederiksberg Kommune dagligt drikkevand på flasker til plejehjem og andre institutioner.

Jeg har fået rigtig gode tilbagemeldinger på, at I nu mødes i "sociale bobler" og på den måde er kommet lidt ud af boligerne. Desuden har jeg set de første beboere sidde i haven i en solstråle med tæpper omkring sig. Det, at foråret tydeligt er på vej, giver håb om lysere tider - også i forhold til at kunne komme af med nogle af restriktionerne igen.

I ønskes en lys og lun marts måned med lave smitte-tal og mulighed større åbning af samfundet.

*Kærlige hilsner Lene Wichmann, Forstander*

# Meddelelser fra Kultur-Værkstedet

---

Så kom årets tredje måned, marts. Måneden er oprindeligt opkaldt efter krigsguden Mars, efter den romerske kalender. I Danmark hed måneden i gamle dage Thors eller Thord måned. Thor var jo også krigsgud. Men andre mener, at navnet var afledt af tord, der betød gødning. Marts måned er jo måneden, hvor der blev kørt gødning ud på markerne.

Marts måned er den første forårs måned, med den kommer lyset og varmere vejr. Kulden og mørket svinder. Det er også i marts vi har jævndøgn og dermed også den måned vi går over til sommertid. Det gør vi den 28. marts som er Palmesøndag. Marts bringer altså lys og forhåbentlig også bedre tider. I Kultur-Værkstedet er vi åbnet op igen. Men vi følger de restriktioner som også er ude i samfundet. Vi må maksimalt forsamle os 5 personer, vi skal 2 meters afstand samt bære mundbind. Vi skal også holde en god håndhygiejne ved at vaske hænder og spritte dem af. Corona-virussen er nemlig stadig i vores samfund og gør at vi skal blive ved med at passe på hinanden.

I beboere skal også benytte mundbind når i forlader jeres bolig, ligesom personalet som dog både bruger mundbind og visir. Dette er igen for at mindske smitte og for at passe på hinanden.

---

Ligesom de sidste måneder vil jeg Jacob, være tilknyttet Team 1. Jeg vil gå rundt og besøge jer beboere, gå ture og snakke om løst og fast. Vi kan også face-time med jeres pårørende. Altså ringe med et video-opkald hvor I kan se jeres kære på telefon-skærmen og tale med dem. Vi kan desuden køre ture i vores dejlige bus. I februar var vi to smukke ture langs strandvejen og oppe og se Eremitageslottet. Vi kan maksimalt tage fire beboere med, og det vil være fra den boble du/I er blevet tildelt. Man kan også komme en tur ned i Kultur-Værkstedet som er åbnet op for besøg, igen af beboere i de bobler I er tildelt. Man kan altså ikke bare komme forbi som tidligere. Dette gør vi for at mindske ricikoen for at bringe smitte rundt i huset. I Kultur-Værkstedet kan vi sætte en god koncert på storskærmen eller andet, eller blot få en kop kaffe og en snak. Det er op til jer og den boble I er med i. Det er vigtigt i giver jeres ønsker til kende, enten til personalet eller til os når vi er rundt i huset, for ellers kan jeg ikke vide hvad I vil.

Vi går langsomt, men sikkert, mod varmere vejr og bedre tider. Snart vil vi kunne komme ud i vores dejlige have hvor jeg håber vi om ikke alt for lang tid vil kunne invitere jer ud til nogle udendørs koncerter.

*Jeg ønsker jer en rigtig god marts måned.  
Mange hilsner fra Jacob*

- Ma. 01. Dansk kylling med rabarberkompot, hvide  
kartofler, samt skysauce  
*Frugtsalat med chokolade*
- Ti. 02. Saltet laks med peberrod, radiser og ramsløg  
*Mørksej med citron og purløg, samt fennikel*
- On. 03. Pasta med okseragout og urter, samt parmesan  
*Semifreddo med kastanjer (letfrossen is)*
- To. 04. Spinatsouffle med fetaost  
*Græsk farsbrød af okse med hvedekerner og  
brændt pimentsauce*
- Fr. 05. Kødboller à la IKEA med mos og tyttebær  
*Skovbærcrumble*
- Lø. 06. Asiatisk linsegryde med gris, kokosmælk og  
sprøde grøntsager. Hertil ris  
*Passionsfrugt-is*
- Sø. 07. Rejecocktail med salat og dressing  
Flamberet kyllingelever med brombær  
*Chokolademousse med flødeskum*

- 
- Ma. 08. Svamperisotto toppet med syltede bøgehatte  
og parmesan  
*Churros (spanskrør) med softice*
- Ti. 09. Bagt saltet torsk med sprød kartoffellåg  
*Stikkelsbærkompot med mysli og flødeskum*
- On. 10. Bankekød med bløde løg og mos  
*Appelsinfromage med kandiseret skal*
- To. 11. Rejetoast med lille salat  
Farseret kalkun med græskar og syltet tranebær
- Fr. 12. Bøf Lindstrøm med råstegte kartofler  
og rødbeder  
*Flødeskumskager*
- Lø. 13. Oksesteg med flødestuvede kartofler og  
mormorsalat  
*Karamel-is med praline og knas*
- Sø. 14. Kroketter af gris på kartoffelpuré vendt med  
spinat og Vesterhavsost  
*Pandekager med Nutella og toppet med  
ristede nødder*

*Der kan være små ændringer  
i ugens menu grundet Covid19*

## **"Nyt" fra Terapien**

Foråret er over os, fuglene synger og os i Terapien glæder os meget til at se jer alle sammen igen!

Imens der stille og roligt åbnes op for træning, er der dog stadig nogle forholdsregler som skal tages.

Derfor vil træning med andre være i de sociale "bobler" I er i.

Det er et skridt i den rigtige retning!

*Vi glæder os til at se jer igen!*

*Terapien*



# Det muntre hjørne og unødvendig viden



Foto lånt fra Wikipedia

## 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.

Denne måneds kendte dansker er også et ønske fra en beboer. Det har sågar været hans svigerfar. Valget er faldet på den driftige erhvervsmand Haldor Topsøe.

Haldor Frederik Axel Topsøe blev født den 24. maj 1913 i København. Han var ældste søn af kaptajn

## Det muntre hjørne og unødvendig viden

---

Flemming Topsøe og Hedvig Sofie Topsøe. Haldor Topsøe blev opkaldt efter sin farfar krystallografen Haldor Topsøe. Haldor blev student fra Frederiksberg gymnasium 1931, hvorefter han sideløbende studerede fysik under Niels Bohr og kemi på DTU. Han blev cand.polyt. 1936, hvor han også giftede sig med Inger Veng Kunst. Haldor startede sin karriere som civilingeniør i kemi i Aarhus Oliefabrik A/S, inden han i 1940 med sit firma Haldor Topsøe A/S etablerede sig som rådgivende ingeniør i Kongens Lyngby inden for kemisk industri. Virksomheden blev udvidet med et med et produktionsanlæg i Frederikssund i 1958 og senere et produktions anlæg i Houston, USA. Haldor Topsøe fortsatte som eneejer af Haldor Topsøe A/S indtil 1972, hvor italienske Snamprogetti overtog 50% af aktierne. I 2007 købte Haldor Topsøe virksomheden tilbage, og i dag er virksomheden 100% ejet af Topsøe familien.

Ved siden af sin verdensomspændende virksomhed besad Haldor Topsøe flere bestyrelsesposter. Blandt andet som formand i SAS bestyrelse og Det Danske Luftfartselskab. Haldor Topsøe fik også i løbet af livet en masse priser for sit arbejde. Han blev blandt andet i 1968 udnævnt som æresdoktor ved Aarhus Univer-

---

sitet, i 1969 ved Danmarks Tekniske Universitet og i 1986 ved Chalmers tekniska högskola i Gøteborg. I 1985 modtog han Det Kongelige Danske Videnskaber-nes selskabs guldmedalje og i 1991 fik han den prestigefyldte amerikanske ingeniørpris Hoover Medal. I 1999 blev han af Ingeniørforeningen i Danmark ud-nævnt til "århundredets Ingeniør".

Haldor Topsøe fik fire børn med sin hustru Inger. Han døde blot 4 dage inden sin 100 års fødselsdag.

### **Til sidst lidt vittigheder**

Hvilket dyr kan trylle et æble om til en pære?

*Hesten selvfølgelig*

Hvilket hus kan man åbne, men ikke bo i?

*Et penalhus*

Hvordan blev citronen til lemonade?

*Den blev presset til det*

# 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.

### Vi har sagt farvel til

|                             |           |
|-----------------------------|-----------|
| Birgit Dehlbæk.....         | Bolig 011 |
| Axel Juul Hansen.....       | Bolig 031 |
| Madeleine M. C. Imbert..... | Bolig 018 |
| Per Olav Christensen.....   | Bolig 017 |



# *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:

**"den første dag i marts"**

(Dette er 4. linje i første vers af en digt skrevet af Kaj Munk skrevet i 1943, som protest mod besættelsesmagten.

I 1945 skrev Egil Harder melodien til digtet)

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 24. marts 2021.**

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

**Februar måneds quizvinder blev: Else Helstrup, bolig 308**

**Februar måneds quizsvar: "Spurven sidder stum bag kvist"**



Marts måneds sang er: \_\_\_\_\_

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

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

---

## **Spisestuen åbningstider**

**Spisestuen er åben for beboer-bobler i begrænset omfang.**

- 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.**

**Varer kan dog bestilles og blive bragt 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 marts 2021

| Fødselsdage                         | Bolig |
|-------------------------------------|-------|
| 01. marts Agnete Andersen .....     | 417   |
| 03. marts Waltraud Køngerskov ..... | 403   |
| 10. marts Henny Jensen .....        | 001   |
| 12. marts Peder Noes Skou .....     | 321   |
| 18. marts Connie Nordencrone .....  | 402   |
| 19. marts Mette Kyhl .....          | 037   |
| 21. marts Ruth Olesen .....         | 301   |
| 25. marts Ebba Otzen .....          | 027   |
| 29. marts Jette Gregers Juul .....  | 031   |



*Vi ønsker stort tillykke til alle*

| Nye beboere             | Bolig |
|-------------------------|-------|
| Ruth Edel Calstrup..... | 025   |
| Sejer Andersen.....     | 011   |
| Grethe Sandberg.....    | 023   |
| Caja Rasmussen.....     | 034   |