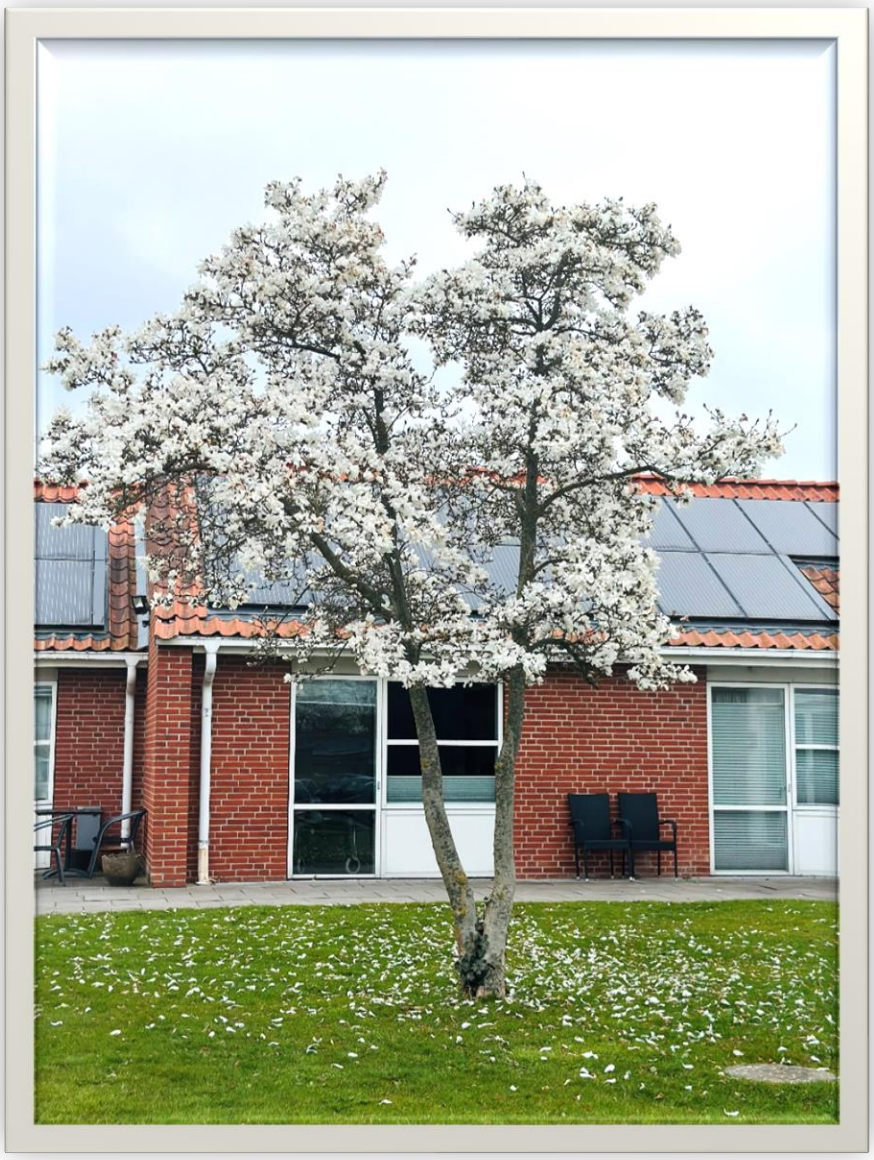
Juni/juli/august 2025 Gråsten

Avisen for Gråsten plejehjem og daghjem

VOR EGEN AVIS



Indhold:

Nyt fra ledelsen

Billeder fra hverdagens aktiviteter

Aktivitetsplan for juni, juli & august

Madplanen for juni, juli & august

Vi siger farvel til

RIGTIG GOD SOMMER!

☺

Nyt Fra Ledelsen

Sønderborg

Referat fra møde i Bruger- og Pårørenderådet

den 23.05.25 på Gråsten Plejecenter

1. **Velkomst**

   Især velkommen til nye medlemmer. Lars Thaysen ønsker at træde ud af rådet, pga sit nye arbejde. Vi takker Lars for hans indsats.

   Afbud fra vores aktivitetsmedarbejder Tina Poulsen

2. **Valg til formand**

   Håber en af rådets medlemmer vil tage formandsposten i rådet.

   Kirsten Jensen valgt til formand.

3. **Orientering fra ledelsen**

   Bente Kaehne orienterer om sidste nyt, bl. a.

   om økonomien, implementering af den nye ældrelov, mm

   Lisbeth Nielsen informerer om spirerordningen. Vi har lige nu 3 spirer ansat. Det er unge mennesker mellem 14 og 17 år. De er her 2 timer om eftermiddagen en gang om ugen. Midlerne til aflønning har vi fået tildelt som ekstranormering. Spirerne skal være med til at lave aktiviteter med beboerne.

   Forbrugsregnskabet for Gråsten Plejecenter på el, vand og varme for perioden 01.01.-31.12.2024 færdigt.

   Beboerne får deres tilgodehavende/efterbetaling modregnet i huslejen for juli 2025.

   Jeg har vedhæftet et bilag med en oversigt over fordeling af forbruget på el, vand og varme på henholdsvis boliger, fællesarealer, servicearealer og tomgangsboliger.

   Nedenstående reguleringer til serviceareal er bogført i dag den 02.05.2025:

Regulering el, tilbagebetaling: 116.184,92 kr.

Regulering vand, tilbagebetaling: 8.829,75 kr.

Regulering varme, efterbetaling: 30.445,40 kr.

Regulering i alt, tilbagebetaling: 94.569,27 kr

4. Orientering om plejehjemsavisen

https://plejehjemsoversigten.dk/da/Syddanmark/Soenderborg-Kommune/Graasten-Plejecenter

Vores avis har fået ny redaktører, Anna og Charlotte. Alle er velkomne til at bidrage med artikler mm til avisen. Indlæg sendes til Charlotte: cbco@sonderborg.dk

5. Kommende og afholdte aktiviteter

Bl.a. om fødselsdagsfesten d 3.9.25

Sommerhusophold mm

6. Eventuelt

Vi snakker om, hvorfor der står 2 skilte til vores plejehjem / plejecenter. Forklaringen er, at plejehjemmet er den del hvor beboerne bor og plejecentret er hele ”bygningen” der med også daghjemmet.

I daglig tale kalder vi det Gråsten Plejehjem.

7. Fastsættelse af dato for næste møde

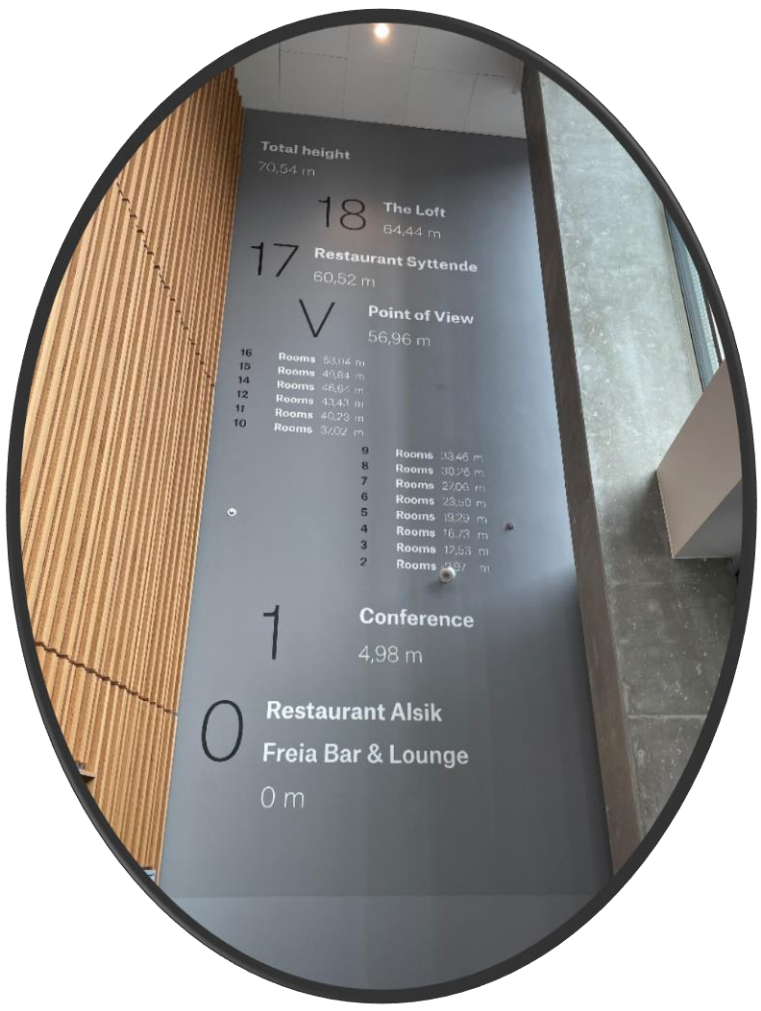
D 18.8.2025 kl 10.00

TUREN GIK TIL ALSIK HOTEL FOR EN GRUPPE FRA DAGHJEMMET!

Den nye el-bil blev testet og godkendt, der blev snakket meget om at det var dejligt at den var så støjfri – det gav plads til masser af snak.

Vi kørte hjemmefra i høj, flot solskin, men som vi nærmede os Sønderborg blev det mere og mere tåget. Det giver jo heldigvis anledning til at vi skal afsted igen en anden dag.

Point of view, som udkigsstedet hedder, ligger 60,96 m oppe, og vi synes alle det var en flot udsigt, på trods af tågen.



På vej hjem kørte vi forbi Sønderborg Slot, op omkring Dybbøl. Det var en dejlig tur.

Foråret kalder på Mille

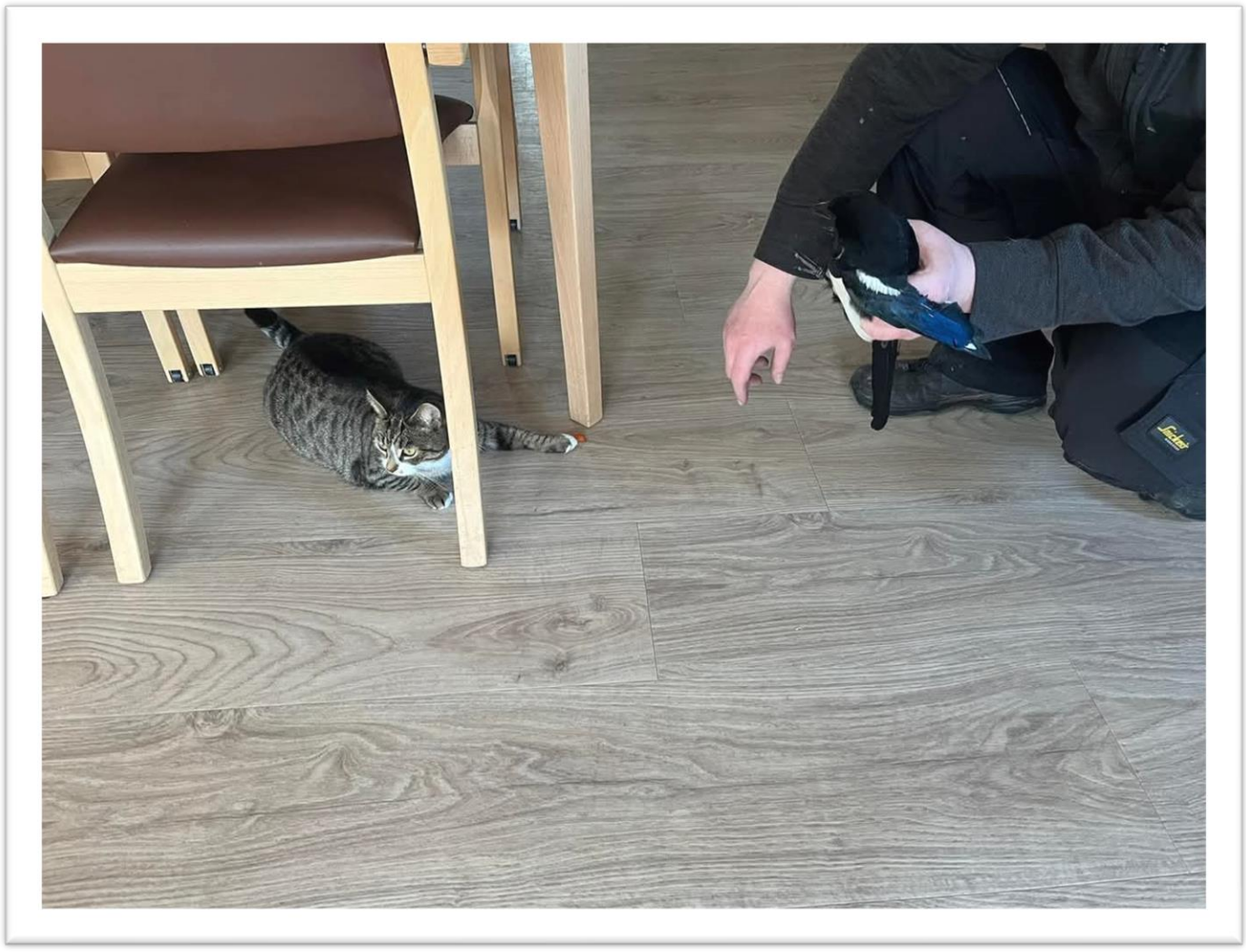
Daghjemspigerne var i gang på deres terrasse med nogle kreative idéer, der skulle afprøves.

Nogen arbejder mere end andre, og Mille havde ikke travlt den dag.

Mille er ikke altid lige doven.

Når der er en lille skade der sidder og ser godt ud i sin fjerdragt, så er Mille lige på pletten.

Heldigvis var Christian skadens redningsmand, og den blev sluppet fri – levende og uskadt.



En dejlig gåtur i Gråsten slotspark

Det var så dejligt vejr den dag, vi gik alle uden jakker. Det var dybe vejrtrækninger der blev taget, så foråret kom helt ned i lungerne.

Alle de smukke forårsblomster stod i fuldt flor, og hele slotshaven var simpelthen så smuk, grøn og solrig. Der var ægte forårsfornemmelser denne dag.

Påske Gudstjeneste i Adsbøl Kirke ved Hanne

Hanne holdt en spændende påske gudstjeneste med fortællinger om højtiden, der markerer Jesu korsfæstelse, død, og genopstandelse.

Optakt til Forårsfesten i Daghjemmet

Daghjemmet havde planlagt at afholde en stor forårsfest, hvor en del af underholdning var at seks af vores borgere skal synge tre forårssange sammen med Tanja og kommunens musikterapeut Signe.

Daghjemmet holdt stor forårsfest.

Tak til alle jer, som med højt humør deltog i vores flotte forårsfest. Alle hyggede sig med hinanden, den gode mad, øl, vand og vin.

Tanja havde selvfølgelig i anledningen lavede en dejlig frisk hjemmelavet snaps – den blev der taget godt imod.

Her sidder koret og synger så flot sammen med Signe.

Køkkenpigerne skal have en stor tak for deres dejlige mad.

Forretten var maskeret blomkål m æg/rejer og dressing.
Hovedretten var en god hakkebøf med bløde løg og brun sovn.
Dertil let kogte grønne bønner m sprød bacon og pommes.

Og sidst men ikke mindst, selvfølglig køkkenets fremragende dessert – forårsdesserten.

Alle var enige om, at det smagte super lækkert!

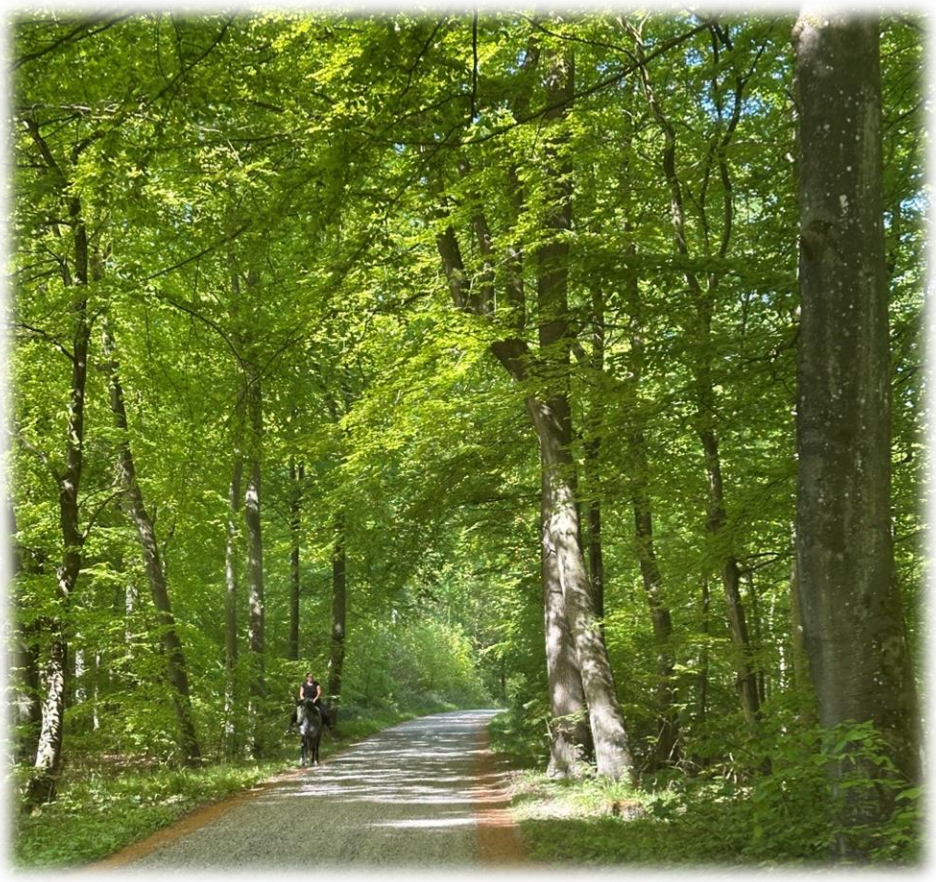
Fastelavn er mit navn….

Personalets børn og børnebørn var inviteret til at komme og slå katten af tønden.

Der var mange flotte udklædte imellem, både små og store. Køkkenet havde sørget for fastelavnsboller til alle – og tønden var naturligvis fyldt godt op med slikposer til børnene.

Det var en god eftermiddag for de beboere der var oppe og se på.

DAGHJEMMET I NØRRESKOVEN



Daghjemmet manglede sten til forskellige kreative ideer, så det var oplagt at tage en kande kaffe med ud i Nørreskoven, hvor de allerbedste sten findes.

☺

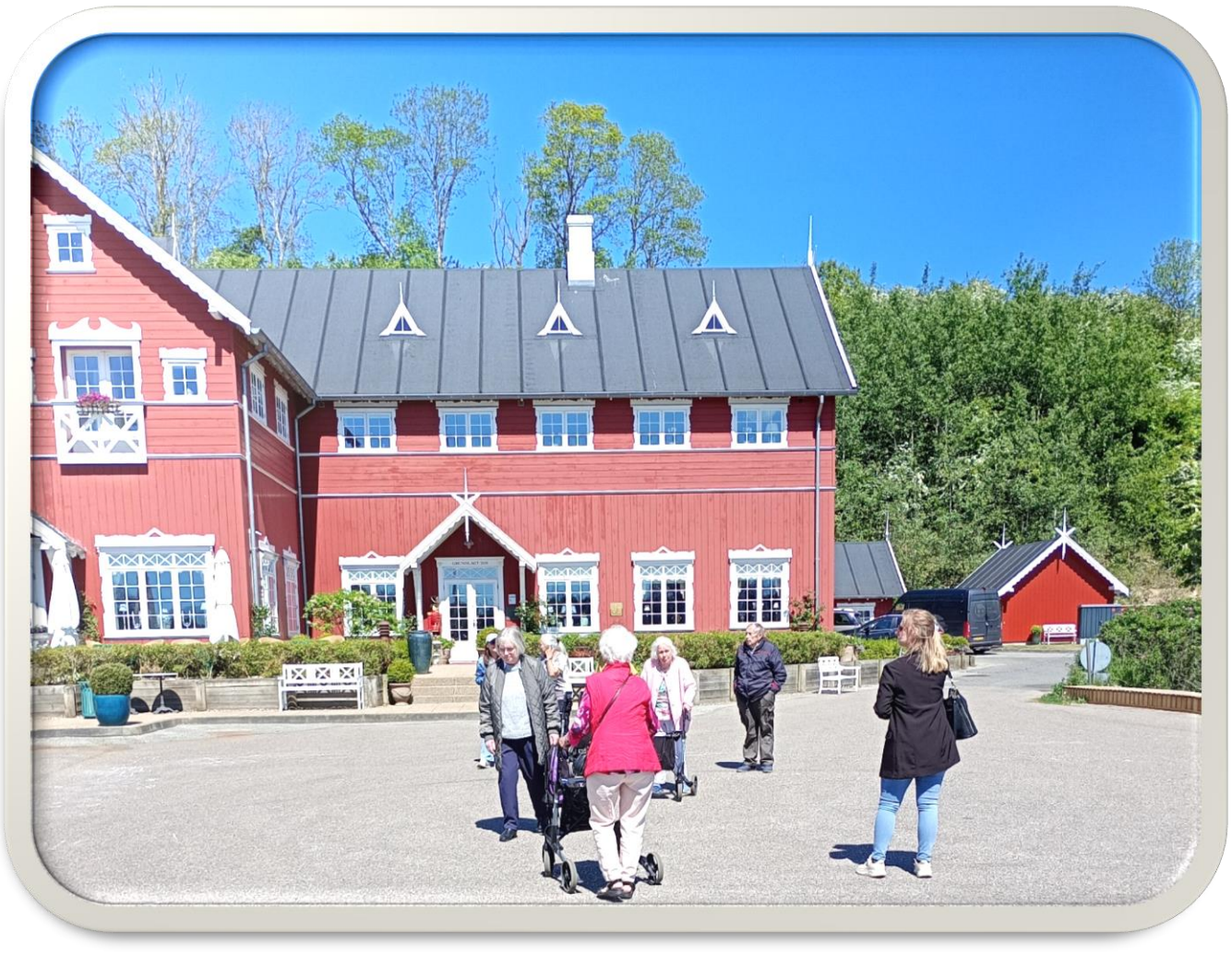
Kaffe og kage på Dyvig Badehotel

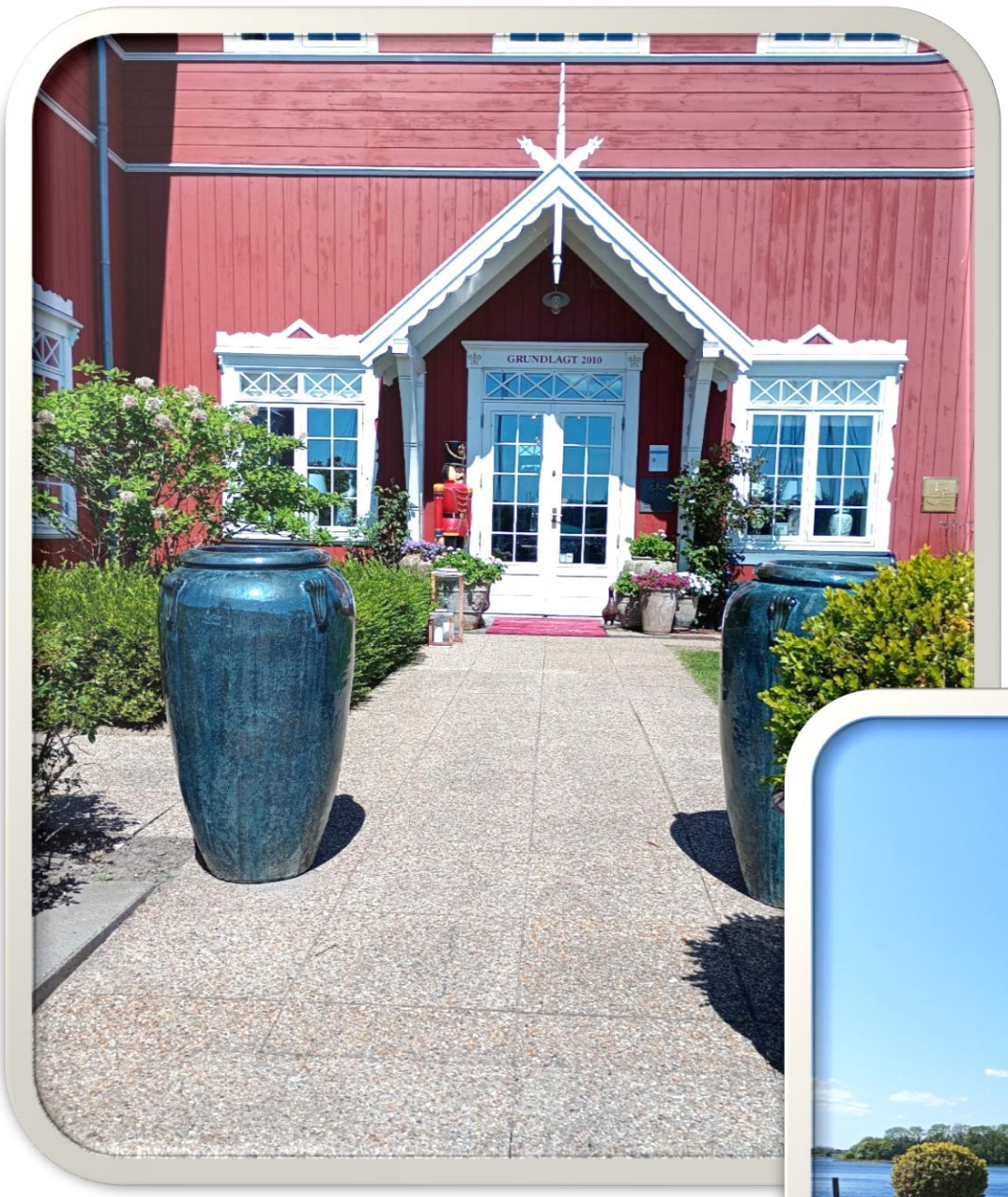
…Men først skulle bussen pakkes med formiddagskaffe og middagsmad som vores herlige køkken havde lavet. Så var der afgang fra Daghjemmet. Første stop var i Østerholm, beliggende i Nørreskoven. Vejret var godt, og vinden var frisk.

Nu er vi klar til afgang fra Østerholm. Vi havde fået lov til at spise vores medbragte middagsmad på Guderup Plejecenter.

Maden fra vores køkken var som altid helt fantastisk.

En lækker omgang kartoffelsalat og frikadeller, og citronfromage til dessert.





Vel ankommet i de idylliske omgivelser ved Dyvig Badehotel.

Hjemmebrygget kaffe med dejlige kager til. Der var heldigvis god plads i vores dessert-maver.

Vi tog færgen fra Hardeshøj til Ballebro på vej hjem, det var en virkelig hyggelig dag vi havde. Alle nød det, og vi havde heldigvis dejligt vejr hele dagen.

Tak fordi I ville med til Dyvig Badehotel.

☺

Bålhygge på terrassen!

Der blev hygget med bål og pandekager på plejecenteret. Vejret var godt, men koldt, så bålet og tæpperne varmede godt.

Alle nød de lækre pandekager og hinandens selskab!

Mellem al røgen var der dyb koncentration og

Demens uge

I uge 19 blev der afholdt en national kampagne, og en perlerække af lokale indsatser søger at skabe større forståelse for livet med demens.

Hele Gråsten Plejecenter og Daghjem var pyntet med demenssymbolet – når man møder det, møder man et menneske med demens, som i særlig grad kan have brug for lidt mere tid og tålmodighed eller ekstra venlighed. Der er tre simple råd; stil ét spørgsmål ad gangen, sæt tempoet ned, og hjælp gerne på vej.

Vi havde besøg af Bjarne og Sussanne til en hyggelig omgangs fællessang.

Sang kan have enormt positiv indvirkninger på mennesker med demens.

Hyggeligt samvær med hinanden – varm kaffe, god kage. Og så en omgang lotto.

Der blev i alt samlet **572** kr ind til Alzheimerforeningen!

Det er super godt gået!

ÅRETS MUSIKFESTIVAL PÅ MØLLEPARKENS PLEJECENTER

Både beboere fra plejecenteret og fra daghjemmet var taget afsted til årets musikfestival på Mølleparkens plejecenter. De havde tydeligt gjort sig umage med at gøre det sjovt og hyggeligt.

Vi startede med en god omgang Jazz, de var så gode og der var masser af klapsalver til dem.

Der var gode snakke, og kolde bajere.

Jesper’s Pølsevogn kom til middagstid, og det landende et godt sted. Lækre ristede hotdogs, franske hotdogs og ringrider m. brød.

Der var også hjemmelavet vafler med is!

Aktivitetskalender Juni 2025

1. Juni
2. Juni – Stol på motion 10.30. - Strikkeklub kl.19.
3. Juni – Dyreskue på Dybbøl plejecenter. – Fællessang og kaffe m. vennerne kl.14.30.
4. Juni
5. Juni
6. Juni – Gudstjeneste kl.10.30.
7. Juni
8. Juni
9. Juni – Strikkeklub kl.19.00.
10. Juni – Fællessang og kaffe m. vennerne kl.14.30.
11. Juni
12. Juni – Villy kører ud i det blå med enkelte beboere.
13. Juni – Stol på motion 10.30.
14. Juni
15. Juni
16. Juni – Wood skulpture festival i Sønderborg hele ugen. - Strikkeklub kl.19.00
17. Juni – Stol på motion 10.30. - Fællessang og kaffe m. vennerne kl.14.30.
18. Juni
19. Juni – Ringridning på plejehjemmet for beboere og daghjem.
20. Juni
21. Juni
22. Juni
23. Juni – Sankt Hans – Strikkeklub kl.19.00.
24. Juni – Fælleskaffe og lotto m. vennerne kl.14.30.
25. Juni – Gudstjeneste kl.10.30.
26. Juni – Stol på motion 10.30. – Fælleskaffe og Vagn kommer og spiller kl.14-14.30.
27. Juni
28. Juni
29. Juni
30. Juni – Stol på motion 10.30. - Strikkeklub kl.19.00.

Aktivitetskalender Juli 2025

1. Juli – Kaffe og sang m. Vennerne kl.14.30.
2. Juli
3. Juli
4. Juli
5. Juli
6. Juli
7. Juli – Strikkeklub kl.19.00.
8. Juli – Kaffe og sang m. Vennerne kl.14.30.
9. Juli
10. Juli – Stol på motion 10.30.
11. Juli
12. Juli
13. Juli
14. Juli – Strikkeklub kl.19.00.
15. Juli – Stol på motion 10.30. - Kaffe og sang m. vennerne kl.14.30.
16. Juli
17. Juli – Merete kommer og synger kl.10.45-11-45.
18. Juli – Gudstjeneste kl.10.30-11
19. Juli
20. Juli
21. Juli – Strikkeklub kl.19.00.
22. Juli – Kaffe og sang m. Vennerne kl.14.30.
23. Juli
24. Juli
25. Juli – Stol på motion 10.30.
26. Juli
27. Juli
28. Juli – Strikkeklub kl.19.00.
29. Juli – Stol på motion 10.30. - Kaffe og sang m. vennerne kl.14.30.
30. Juli
31. Juli

Aktivitetskalender August 2025

1. August
2. August
3. August
4. August – Strikkeklub kl.19.00.
5. August – Kaffe og sang m. vennerne kl.14.30.
6. August
7. August – Stol på motion 10.30.
8. August
9. August
10. August
11. August – Strikkeklub kl.19.00
12. August – Gudstjeneste 10.30-11.00. – Fælles kaffe og sang med vennerne kl.14.30.
12. August – Gudstjeneste kl.10.30-11.00.
13. August
14. August – Stol på motion 10.30.
15. August
16. August
17. August – Strikkeklub kl.19.00.
18. August – Fællessang og kaffe m. vennerne kl.14.30.
19. August
20. August – Stol på motion 10.30.
21. August
22. August
23. August
24. August – Stol på motion 10.30. – Strikkeklub kl.19.00.
25. August - Fællessang og kaffe m. vennerne kl.14.30.
26. August
27. August
28. August
29. August
30. August
31. August

Madplan Juni 2025

DAG	DATO	HOVEDTER	BIRET
søndag	01.06	Grill køller m. sky sovs	Isl agkage
Mandag	02.06	Fiskefilet m. persillesovs og Råkost	Russisk dessert m. creme sause
Tirsdag	03.06	Gullasch m. mos	Rutebil is m. pære
Onsdag	04.06	Ringrider pølser og kartoffelsalat	Soft ice
Torsdag	05.06	Æggekage m. bacon og ovn kartofler	Fersken peach/melba
Fredag	06.06	Navarin	Æblegrød m. mælk
Lørdag	07.06	Svensk pølseret m. ærter	Koldskål m. kammerjunker
søndag	08.06	Chilli/vanilje steg skysovs og gl. Salat	Bondepige m. slør
Mandag	09.06	Stegt kylling m. agurkesalat	Islagkage
Tirsdag	10.06	Kødboller i tomatsovs og pasta	Jordbær m. fløde
Onsdag	11.06	Tærte m. spinat og laks	Muldvarpeskud
Torsdag	12.06	Kong Fiddes livret	Æblegrød m. mælk
Fredag	13.06	Forloren hare m. rødkål	Koldskål m. kammerjunker
Lørdag	14.06	Pølser og kartoffelsalat	Koldskål m. kammerjunker
søndag	15.06	Vild ragout	Citronfromage
Mandag	16.06	Mørbradbøffer m. pebersauce	Smoothie
Tirsdag	17.06	Mexicansk farsbrød	Jordbær m. fløde
Onsdag	18.06	Schnitzler m. capers sovs	Rabarbergrød m. mælk
Torsdag	19.06	Grill pølser m. kartoffelsalat	Vaffelis
Fredag	20.06	Biksemad m. rødbeder	Rabarber trifli
Lørdag	21.06	Butterdejs stænger m. kylling	Tiramisu
søndag	22.06	Rullesteg m. rødkål	Tiramisu
Mandag	23.06	Panko paneret kylling	Koldskål m. kammerjunker
Tirsdag	24.06	Maskeret blomkål m. rejer	Jordbær m. fløde
onsdag	25.06	Røget makrel m. Stuvet kartofler	Pandekager m.is
torsdag	26.06	Æggekage m. bacon	Jordbær dessert
fredag	27.06	Pasta ret m. spinat og bacon	Gul budding m. saftsovs
lørdag	28.06	Blomkåls suppe	Gul budding m. saftsovs
Søndag	29.06	Honning marineret skinke	Frugtsalat
mandag	30.06	Fiskefilet m. persillesovs og råkost	Kold solbær suppe. cremefraice

Retten til ændringer forbeholdes.

Madplan Juli 2025

DAG	DATO	HOVEDTER	BIRET
Tirsdag	01.07	Ostindisk karry ret m. ris og salat	Jordbær m. fløde
Onsdag	02.07	Karbonader m stuvet ærter/gulerødder	Vaniljeis m. jordbær sovs
Torsdag	03.07	Sprængt kam m. peberrods sovs	Jordbær m. fløde
Fredag	04.07	Kødsovs m. pasta	Hjemmelavet yoghurt m. bær
Lørdag	05.07	Musaka m. kartofler	Fløderand m. ferskner
søndag	06.07	Mørbrad a la orange	Fløderand m. ferskner
Mandag	07.07	Hønsesalat på ananasring m. flutes	Risvandsgrød m. bær kompot
Tirsdag	08.07	Koteletter i fad Jordbær m. fløde	Jordbær m. fløde
Onsdag	09.07	Medister m. stuvet spinat	Æblegrød
Torsdag	10.07	Bøf bearnaisesauce m. ærter	Jordbær m. fløde
Fredag	11.07	Aspargessuppe m. flutes	Bondepige m. slør
Lørdag	12.07	Svensk pølseret	Citronfromage
søndag	13.07	Flæskesteg	Citronfromage
Mandag	14.07	Røget kylling m. coleslaw	Rødgrød m. fløde
Tirsdag	15.07	Indbagt laks m. spinat	Trifli
Onsdag	16.07	Grønsags gratin m. ovn kartofler	Bananasplit
Torsdag	17.07	Forloren hare m. rødkål	Jordbær koldskål
Fredag	18.07	Kylling bryst m. pasta salat	Rabarber suppe m. is
Lørdag	19.07	Boller i selleri	Pandekager m. syltetøj
søndag	20.07	Hamburgerryg m. flødekartofler	Hjemmelavet is
Mandag	21.07	Stegt flæsk m. persillesovs	Pærer i kanel creme
Tirsdag	22.07	Mexicansk farsbrød m. salat	Koldskåls panacota
onsdag	23.07	Sommer gryde	Muldvarpeskud
torsdag	24.07	Torskeret m. rejer	Abrikos grød
fredag	25.07	Kødsovs	Abrikostrifli
lørdag	26.07	Lasagne	Vaffel is
Søndag	27.07	Benløse fugle	Fløderand m. saft sovs
mandag	28.07	Sommergryde	Hjemmelavet yoghurt
tirsdag	29.07	Tun Musse m. rejer	Cacao suppe m. is
onsdag	30.07	Karbonader m. ærter og gulerødder	Smoothie
torsdag	31.07	Æggekage m. bacon	Frugt grød

Retten til ændringer forbeholdes

Madplan august 2025

DAG	DATO	HOVEDTER	BIRET
Fredag	01.08	Pastaret m. spinat og bacon	Frugt grød
Lørdag	02.08	Navarin	Hindbærfromage
søndag	03.08	Bankekød m. nye kartofler, blomkål	Hindbærfromage
Mandag	04.08	Maskeret blomkål m. rejer	Chokolademousse
Tirsdag	05.08	Stegt medister m. stuvet spidskål	Kold rabarbersuppe m. is
Onsdag	06.08	Fiskefilet m. remoulade sovs	Fersken m. yoghurt creme
Torsdag	07.08	Kylling frikasse	Rabarber trifli
Fredag	08.08	Gratin m. kartofler	Koldskål m. kammerjunker
Lørdag	09.08	Frankfurter m. kartoffelsalat	Fløderand m. hindbærsovs
søndag	10.08	Enebærgryde	Fløderand m. hindbærsovs
Mandag	11.08	Fiskefrikadeller m. persille sovs	Gul budding m. saftsovs
Tirsdag	12.08	Boller i karry m. ærter	Koldskål m. kammerjunker
Onsdag	13.08	Farsbrød	Gul budding m. saftsovs
Torsdag	14.08	Hvidløgsmarineret steg, flødekartofler	Blommegrød m. mælk
Fredag	15.08	Svensk pølseret	Blommegrød m. mælk
Lørdag	16.08	Tærte m. broccoli og bacon	Ispind
søndag	17.08	Gullasch	Frugtsalat
Mandag	18.08	Fars skinke m. stuvet Ørter, gulerødder	Kirsebær koldskål
Tirsdag	19.08	Stegt kylling og kogt blomkål	Jordbærgrød
onsdag	20.08	Ostindisk karryret m. ris	Jordbærgrød
torsdag	21.08	Spr. Nakke m. asparges sovs	Peach melba dessert
fredag	22.08	Flipper torsk m. persille sovs	Ananasfromage
lørdag	23.08	Skinkestang m. mormor salat	Ispind
Søndag	24.08	Husarsteg m. grønt	Ananasfromage
mandag	25.08	Irsk stuvning m. sommerkål	Alliance grød m. mælk
tirsdag	26.08	Farseret porre	Pære belle Helene
onsdag	27.08	Torske gratin	Trifli m. alliance
torsdag	28.08	Paneret koteletter m. grønsager	Cremesuppe m. solbær
fredag	29.08	Bøf m. løg	Tiramisu
Lørdag	30.08	Blomkåls suppe m. flute	Chokolade budding
søndag	31.08	Grillkøller m. mormor salat	Chokolade budding

Vi har siden sidst sagt farvel til

- Kai Lausen 5/4-2025
- Sven E. Nicolaisen 17/4-2025
- Mette Østergaard 7/5-2025.

Æret være deres minde