

December

Husavis

Hørup Plejecenter, 2024



Husavis Hørup Plejecenter, december 2024

Nyt fra ledelsen

Lige om lidt er det advent og dernæst jul og nytår. Der foregår mange hyggelige ting i december, og gæster er velkomne til at besøge plejecenterets beboere og være med til at skabe stjernestunder, også på helt almindelige dage.

Der er i december en række begivenheder, hvor gæster indbydes til middag sammen med os, og i de tilfælde beder vi om tilmelding i god tid fra gæsterne. Vi har ikke overvældende meget plads, når vi alle samles, så vi er desværre nødt til at sætte begrænsninger på deltagerantallet udefra. I lejlighederne bestemmer beboerne selvfølgelig selv, hvor mange man vil være.

Spørg personalet, som gerne svarer på spørgsmål.

Venlig hilsen

Ulla Pedersen, plejecenterleder

ulpd@sonderborg.dk, mobil 27 90 55 29



Foto: Pixabay.com

Julekalender klar til brug i Øst

Rundt om i huset pyntes der på livet løs. Her ses en flot, hjemmelavet julekalender i Øst-huset.



Juletræet blev tændt

Vi har fået alltidens flotte juletræ ved hovedindgangen. Det er venligst sponsoreret af Anders, som sælger juletræer i Asserballe, og han har valgt det dejligste træ til os. Vi kan desuden fortælle, at Bauhaus har sponsoreret et træ til hvert hus til indendørs brug. Vi takker for de smukke gaver til Hørup Plejecenter!



Julemanden og hans kone var på besøg, da vi indviede vores udendørs juletræ med fællesarrangement den 20. november. Her kaldte beboere på plejecenteret og deres familie, beboere fra de centernære boliger på Askerøj, naboer, børnehavens børn med familier, og personale med familier julemanden frem og talte ned til tænding af juletræet i aftenmørket.



Sønderborggarden spillede for os. De var festligt klædt ud som nisser, og der blev knebet tårer her og der, da de unge musikere dukkede op fra mørket med fuld musik og strålende lys.



Der bor dinosaurer på Hørup Plejecenter

Vidste du, at der bor vilde dinosaurer hos os? De kommer frem ved særlige lejligheder, for eksempel halloween, når der er gang i udklædning og skøre tiltag. Her er det Blanka, som er ansat på plejecenteret, som viser, at hun kan tæmme en dino! Hun er ret god til at ride på den, ikke?



En lille historie om nissen

Engang gik en kone fra Bro en tur til Gammelgård og kom forbi en høj, hvor en nisse pludselig løb frem mod hende. Skønt hun var lidt bekymret, lod hun sig stoppe. Nissen fortalte, at hans nissekone netop havde født, ungen skreg, og Nis kunne ikke finde ud af noget som helst for at få ro og fred. "Måske vil du hjælpe mig med at ordne lidt? Du skal nok få noget for det!", sagde han håbefuldt til konen. Konen havde altid været nysgerrig, og det endte med, at hun gik med Nis.

Inde i nissehulen lå fru Nis og hvilede sig efter en streng fødsel, ungen vrælede, og der var rod over alt: beskidt tøj, gryder med madrester, jord og spindelvæv i store mængder. Konen skurede, fejede og lavede mad til nissefamilien, og ved afskeden gav Nis hende en kurv med hyben som tak. Det var underligt, syntes hun, men hun turde ikke andet end at tage kurven med.

Udenfor hældte hun kurvens hyben ud og gik hjem. Men vel ankommet til sit hus, opdagede konen, at det var nogle særlige hyben, som Nis havde givet: Der lå nemlig stadig to i bunden af kurven, og nu var de forvandlet til skinnende, smukke ædelstene. Konen fik travlt: Hun løb tilbage mod nissehulens indgang, men der lå ingen ædelsten. Selv om hun råbte på Nis, kom han aldrig frem.

(frit efter "Sagn fra Als og Sundeved", udgivet af Alsingergildet)



(billede fra pixabay.com)

Hygge på vest

Der er mange anledninger til aktivitet eller blot at slappe af og nyde andres selskab i opholdsstuen på Vest.





Der danses på Nord

Når det er koldt udenfor, får man ekstra lyst til at skabe varme og godt humør indenfor. På Nord går man sjældent galt i byen med dans og musik – det er alle glade for!





Oprydning i have og på terrasse ved Drejet

Der er altid brug for gode kræfter til at holde bede og terrasse fin. Når en beboer har stærke arme og lyst til at arbejde ude, kan vi altid finde ud af at skabe gratis "motion" i det gode vejr.





En dejlig formiddag, hvor snakken bl.a. gik om sten og fossiler.

Musikterapeuten på besøg

Vi har en musikterapeut, som vi deler med de øvrige plejecentre. Vi elsker, når hun er på besøg: Hun kender alle de gode, gamle sange og viser, hun spiller godt på guitar, og hun spreder det dejligste humør!



På jagt efter genbrugsguld

På tur til Helved genbrugscenter, hvor vi handlede og handlede... og handlede. Vi gjorde gode handler, og sikke meget der var at vælge imellem!



Spontan sangformiddag

Nogle gange opstår de allerbedste aktiviteter uden at være planlagte. Billedet er fra en formiddag, hvor vi trængte til at synge og gik op i aktivitetscenteret for at nyde at være sammen om musikken.



Udelivsnisser

Når nu vejret er så mildt i november, så kan nisserne sidde udendørs uden overtøj på og nyde varmen fra et tændt bålfad.



Julekagebagning på Drejet

Der bages honningkager på Drejet. Uhm, sikke en duft, der breder sig i huset. Alle, som kommer forbi, stikker næsen forbi Drejets køkken for at se, om der falder en enkelt kage af. Og det gør der selvfølgelig. 😊



Mortensaften

Traditionen tro blev der fejret Mortens Aften på Hørup Plejecenter med alt, hvad dér tilhører. På billedet herunder ses køkkenpersonalet, som vi klappede for på grund af deres store arbejde med den lækre and, sovs, brune kartofter, rødkål og til dessert risalamande – alt samme hjemmelavet helt fra bunden og af gode, lokale råvarer.

Hurra for vores gode køkken!





Traditionen tro kom børn og forældre fra Bygadens Børnegård på besøg hos os. De havde lavet lanter med lys i, og de sang lanternesangen. De var smukt at se alle lysene i mørket og høre, hvor dygtige børnene var til at synge.

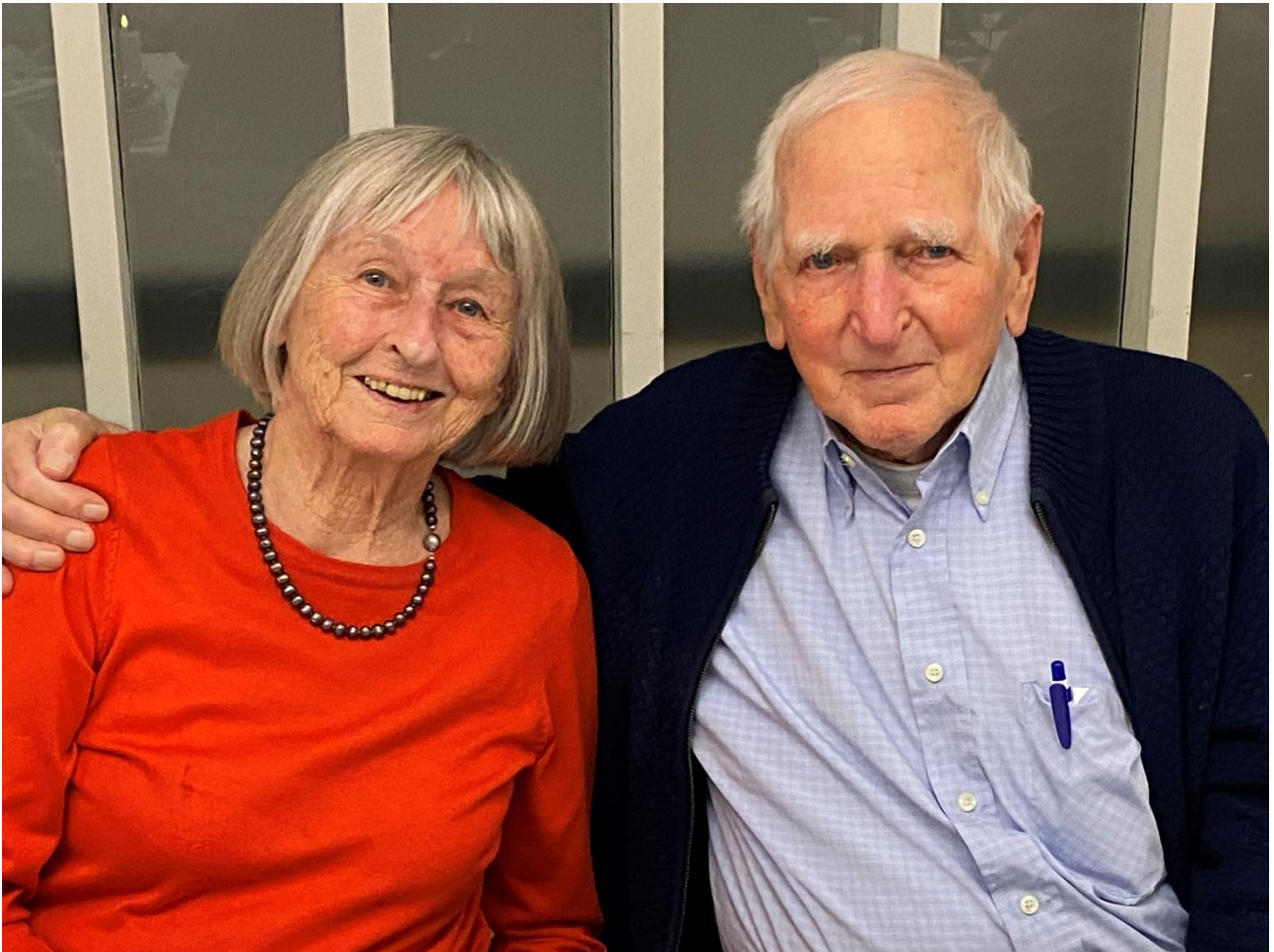
















Ud og sejle i novembervejret

En dejlig tur til Ballebro og omegn og med færgen tilbage til Als.



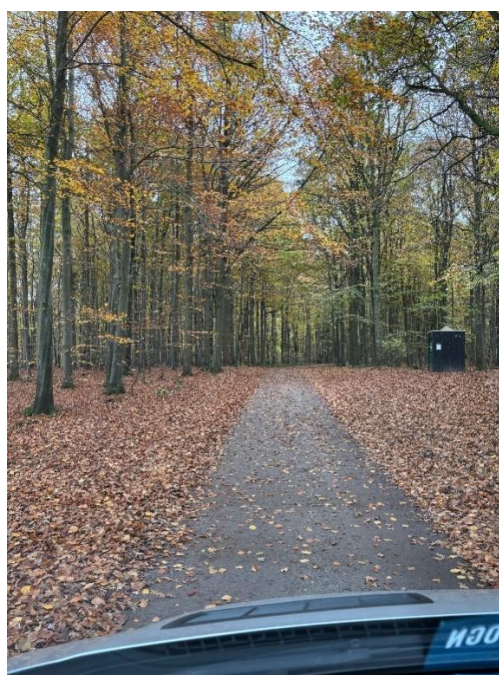
En brumbasse i november

I vores egen have på plejecenteret lod vinteren vente på sig. Det er da ikke helt almindeligt at kunne se en brumbasse på jagt efter nektar i november måned.....!



En dejlig løvfaldstur i Nørreskoven

Sikke flotte farver, vi fik at se i Nørreskoven i begyndelsen af november. Fordi kulden lod vente på sig, blev bladene på træerne ekstraordinært længe i år og beholdt deres smukke, gyldne farver.



Aktivitet i daghjemmet



Adventsbingo – det er alle glade for! Hvem vinder mon en præmie?

Daghjemmet er – ligesom plejecenteret – i fuld gang med at producere julepynt og dekorationer.



Der er også masser af bevægelse og sjov motion – vi kommer langt med balloner og vores særlige ”køller” til at spille dem frem og tilbage med.



Den 21. november var daghjemsbrugerne på Als Kloster, som er et hyggeligt gårdhotel og spisested ikke langt fra Hørup. For år tilbage fungerede stedet som katolsk nonnekloster med aldrende nonner, som havde klosteret som retrætested. Vi fik serveret lækker brunch, og vi hyggede os gevaldigt! Undervejs fortalte stedets personale historie om klosteret.







I daghjemmet: Astrid fra Askerøj bager sammen med vores praktikant Gitte.



Vi har fælles sang efter middagsmad.



Der nørkles

En gang om ugen holder aktivitetsmedarbejder Dorthe Kastrup åbent hus for alle beboerne i daghjemmets lokaler. Dagen benævnes "nørkle-klub", og der er åbent for alle slags nørklerier, der måtte ønskes. Nogle spiller kort, andre laver pynt, andre spiller spil, nogle fortæller historier, strikker eller laver andet håndarbejde.



Nu hvor julen nærmer sig, kommer der helt sikkert til at blive nørklet med julepynt og dekorationer. Så kom hen i nørkleklubben og vær med til at lave pynt til lejligheden eller opholdsstuen.



Foto: Pixabay.com

Aktiviteter i december 2024

- Tirsdag d. 3. december: Erindringsdans i aktivitetscentret kl. 10.30. For alle
- Onsdag d. 4. december: Nørkleklub i daghjemmet kl. 10.00. For beboerne på plejecenteret
- Onsdagsfrokost i spisestuen kl. 12.00. For tilmeldte pensionister fra kommunen
- Torsdag d. 5. december: Rinkenæs Brass band spiller julen ind i spisestuen kl. 19.00. For beboere på plejecenteret og Askerøj
- Fredag d. 6. december: Vi besøger Riecks museum kl. 10.00. For inviterede beboere
- Mandag d. 9. december: Lucia optog fra Kegnæs Friskole på afdelingerne kl. ca. 15.30
- Tirsdag d. 10. december: Gymnastik i aktivitetscentret kl. 10.30. For alle
- Julefrokost på alle afdelinger kl. 11.30. For beboere på plejecenteret og tilmeldte pårørende.
- Onsdag d. 11. december: Nørkle klub i daghjemmet kl. 10.00. For beboerne

- Torsdag d. 12. december Gudstjeneste i aktivitetscentret kl. 10.30. For alle.
- Tirsdag d. 17. december Erindringsdans i aktivitetscentret kl. 10.30. For alle
- Onsdag d. 18. december Brunch i spisesalen ved centralkøkkenet kl. 9-11. For beboerne og daghjemsbrugerne.
- Nørkle klub i daghjemmet kl. 10.00. For beboerne
- Fredag d. 20. december Julebustur kl. 10.00 sammen med naturvejlederen. For inviterede beboere
- Mandag d. 23. december Nissepigerne spiller på alle afdelingerne. Formiddag. Pårørende er velkomne
- Tirsdag d. 24. december Julegudstjeneste i aktivitetscentret kl. 10.30. For alle.
- Juleaftensfest kl. 17.30. For beboere og tilmeldte pårørende.
- Tirsdag d. 31. december Nytårsaftensfest kl. 17.30. For beboere og tilmeldte pårørende.

Hertil kommer de spontane aktiviteter på afdelingerne og ture ud af huset. Ret til ændringer forbeholdes

Madplan december

Søndag	1	Hønsekødsuppe med urter, kød-/melboller, ris og hjemmebagt kuvertbrød
Mandag	2	Kalkunschnitzler med brasede kartofler Rabarbergrød med mælk
Tirsdag	3	Stegt fisk med persillesovs og kartofler Kærnemælkssuppe med rosiner
Onsdag	4	Madspilds dag
Torsdag	5	Kålpølser med lyssovs og kartofler Hvidkålssuppe
Fredag	6	Fyldte peberfrugt med kartofler Bagte æbler med creme fraiche
Lørdag	7	Ris vandgrød med æbler
Søndag	8	Benløse fugle med gammeldags hvidkål og kartofler Bondepige med slør
Mandag	9	Karryret med ris Kagebudding med saftsovs
Tirsdag (Tove – ønskemiddag flyttes til 11.12.)	10	Julefrokost
Onsdag	11	Medister med brunsovs og kartofler Fromage
Torsdag	12	Maden laves ude på afdelingerne
Fredag (Inger)	13	Flæskesteg med brunsovs, kartofler og rødkål Jordbærgrød med mælk
Lørdag	14	Brændende kærlighed
Søndag	15	Marineret steg, skysovs og kartofler Romfromage
Mandag	16	Kylling med skysovs og kartofler Frugter med makronfløde

Tirsdag	17	Fiskefrikadeller med persillesovs og kartofler Sagovælling med kanelsukker
Onsdag	18	Brunch
Torsdag	19	Farseret blomkål med skysovs og kartofler Rødgrød med fløde
Fredag	20	Skidne æg med stuvet spinat og kartofler Pandekager med syltetøj
Lørdag	21	Aspargessuppe med kødboller og flutes
Søndag	22	Koteletter a la creme med salat Æblecrumble med flødeskum
Mandag	23	Julemedister med skysovs og kartofler Hjemmelavet is
Tirsdag	24	Middag: Risengrød med kanelsukker/saft og smør Aften: And med skysovs, brune/hvide kartofler og rødkål Risalamande med kirsebærsovs
Onsdag	25	Blomkålssuppe med kødboller og hjemmebak flutes
Torsdag	26	Vintergryde med kartofler Blommegrød med mælk
Fredag	27	Biksemad med sovs og rødbeder Pandekager med syltetøj
Lørdag	29	Mannagrød med kanelsukker og saft
Søndag	29	Krebinetter med stuede ærter/gulerødder og kartofler Hjemmelavet is
Mandag	30	Boller i karry med ris Hindgrød med mælk
Tirsdag	31	Middag: Tarteletter med høns og asparges Aften: Grønlang kål, bacon-kålpølser- hamburgerryg, brune/hvide kartofler, rødbeder og sennep Citronfromage med flødeskum

Ret til ændringer forbeholdes

Beboer- og pårørenderådsmøde på Hørup Plejecenter

Dato	21-11-2024	Kl. 13.30-15.00
Sted	Hørup Plejecenter, aktivitetscenteret v. køkkenet	
Mødeleder	Birte Sørensen	
Referent	Ulla Pedersen	
Deltagere	Birte Sørensen, Herdis Olsen, Poul Maribo Pedersen, Åse Grau, Henning Elmholt, Dikte Carlsen, Jane Nicolai, Dorte Vagner Kastrup, Viola Jonsson, Ulla Pedersen.	
Fraværende med afbud	Martin Madsen Lund	
Inviterede gæster	Bruno Clausen og Kaj Ove Larsen (begge Ældrerådet i Sønderborg kommune)	
Næste møde	16-01-2025	

Sagsfremstiller	Birthe Sørensen
	Velkommen og gennemgang af dagsorden
Beskrivelse af punktet	Mødet i dag er anderledes end normalt, idet vi har gæster fra Ældrerådet på besøg. Vi fortæller om, hvordan de har bestemt dagsordenen fra kl. 14.15. Bruno og Kaj Ove er med fra mødets start og observatører til første del af mødet. Vi holder et minuts stilhed for Mimi Stolberg og Bente Jønsson, som døde i året, der gik (begge tidligere medlem af beboer- og pårørenderådet).
Mål	Starte mødet
Metode	Information
Konklusion/ beslutning	Velkommen + præsentation

Sagsfremstiller	Birthe Sørensen
	Godkende referat fra 12.09.24 – samt beslutning om referater
Beskrivelse af punktet	På sidste møde talte vi om, at der kan gå flere måneder fra et møde er afholdt, til referatet godkendes. Inspireret heraf fremsætter formand og næstformand følgende forslag til godkendelse: At der er indsigelsesfrist på 10 dage fra referatet sendes ud – og at det derefter automatisk er godkendt med evt. kommentarer.
Mål	Godkendelse af referat og drøftelse/godkendelse af referathåndtering
Metode	Drøftelse, godkendelse
Konklusion/ beslutning	Referatet fra 12.9. godkendes. Vi aftaler, at fremover godkendes referater 10 dage efter udsendelse – ændringer skal afleveres inden da til Ulla, som reviderer og genudsender, hvis der er revision.

Sagsfremstiller	Ulla Pedersen
	Datoer for møder i 2025
Beskrivelse af punktet	Sekretæren fremlægger nye mødedatoer: 16. januar, 13. marts, 15. maj, valgfest lørdag d. 14. juni 14-16, 26. 25. september, 28. 20. november 2025
Mål	Planlægning af mødeaktivitet
Metode	Information
Konklusion/ beslutning	Datoerne tages til efterretning. MEN: Ulla opdager ved referatets skrivning, at der er gået kuk i kalenderen, så datoerne ikke er torsdage, sådan som det plejer at være. Derfor er der to datoer, som ændres: 25. september (i stedet for 26. september) og 20. november (i stedet for 28. november)

Sagsfremstiller	Ulla Pedersen
	Uanmeldt tilsyn på Hørup Plejecenter
Beskrivelse af punktet	<p>Ulla informerer om, at der har været afholdt årligt tilsyn den 11. september 2024 hos os om emnerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Dokumentation -Personlig pleje og praktisk støtte -Hverdagsliv -Medarbejderkompetencer, kommunikation og adfærd -Fysiske rammer -Forpligtende fællesskaber med omverdenen <p>Der er ros til plejecenteret som "et velfungerende plejecenter, hvor engagerede medarbejdere og ledelse igennem fokus på samskabelse og tillidsfulde relationer medvirker til trivsel for borgerne".</p> <p>Rapporten anbefaler: Endnu mere dokumentation i plejen, mere aktivitet eftermiddag og aften, samt nedbringelse af personalets sygefravær. Det er gode råd, som vi aktivt arbejder videre med.</p> <p>Ulla fremlægger flere detaljer, og vi drøfter besøget. Rapporten foreligger offentligt på www.plejhjemsoversigten.dk (søg på Hørup).</p>
Mål	At beboerrådet er orienteret om rapporten og drøfter forhold vedr. den.
Metode	Information, drøftelse
Konklusion/ beslutning	<p>Ulla fortæller om, hvordan et tilsyn foregår: Der kommer en repræsentant fra firmaet BDO og er her en hel dag. Hun snakker med beboere, pårørende, plejepersonale, sygeplejersker og ledere. Hun sætter sig og oplever, hvordan hverdagen foregår, hvordan man taler til hinanden, hvorvidt omgivelserne er vedligeholdte og rengjorte, og om beboernes pleje og behandling er efter forskrifterne: i forhold til dette har hun adgang til at læse i journalerne sammen med sygeplejerskerne. Vi drøfter, at der ligger en tryghed i, at der kommer nogen udefra og kigger på praksis på plejecenteret og giver forslag til, hvad der kan gøres endnu bedre. Målet er, at plejecenteret lærer og bliver dygtigere.</p> <p>I forhold til tilsynets anbefaling af mere aktivitet eftermiddag/aften, taler vi om, at det er vigtigt, at aktivitet ikke kun bliver for de beboere,</p>

	<p>som kan klare meget, men også tilpasses de beboere, som ikke har så mange ressourcer til at klare aktiviteter. Det drøftes, at mange beboere ikke har kræfter til at klare aktivitet om aftenerne, men at der er nogle få, som fx. har lyst til at spille kort eller lignende.</p> <p>Ulla fortæller, at der er tilføjet penge til budgettet næste år til et forsøg med at ansætte "spirer", dvs. unge på 14-17 år, som skal igangsætte aktivitet og snak med beboerne uden for de unges skoletid. I første omgang afprøves ordningen med 2 personer, og vi kender ikke starttidspunkt endnu.</p>
--	--

Sagsfremstiller	Ulla Pedersen
	Ældrerådets opstillede tema: frivillighed
Beskrivelse af punktet	<p>Vi fortæller, hvordan samarbejdet med frivillige på plejecenteret fungerer, hvad angår samarbejdets rammer og nye aktiviteter/ samarbejder, fx:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Haveforeningen af 30. april 2024 - Dagplejen - Sang i Syd-huset - Højskoleeftermiddage - Rammerne for samarbejde og trivselssamtaler <p>Drøftelse med Ældrerådets repræsentanter</p>
Mål	At Ældrerådet får indblik i vores frivillighedsarbejde
Metode	Information, drøftelse
Konklusion/ beslutning	<p>Bruno og Kaj Ove er medlem af Ældrerådet og er interesseret i at høre, hvordan Hørup Plejecenter arbejder med frivillighed. Der tales nemlig både her i kommunen og på landsplan om, at det er svært at rekruttere frivillige.</p> <p>Rådets medlemmer fortæller om eksempler på aktiviteter, hvor der er frivillige som vigtige deltagere. De frivillige er meget dedikerede og trofaste i at møde op hos os, men også hos os er det en udfordring at rekruttere nye. Vi håber, at det bliver mere attraktivt at melde sig som frivillig, når folk udefra færdes på plejecenteret i andet ærinde (fx forældre til dagplejebørnene, naboer der inviteres til juletræstænding, højskoleeftermiddag m.m.).</p> <p>Dikte spørger, hvad Ældrerådet gør med den viden, de får ved at deltage i møderne på plejecentrene. Svaret er, at det vil blive brugt til drøftelser i Ældrerådet og viderebringes til byrådsmedlemmer, der deltager i Ældrerådets møder).</p> <p>Henning foreslår, at man måske ikke skal fokusere så meget på frivillige, men mere på beboernes netværk fra tidligere, fx gamle naboer, arbejdskolleger m.m. Det er meget værdifuldt, hvis de "holder ved" besøge, også når deres ven/veninde er flyttet på plejecenter.</p>

Sagsfremstiller	Birthe Sørensen
	Ældrerådets opstillede tema: Beboer- og pårørenderådet
Beskrivelse af punktet	<p>Kort:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Birthe fortæller, hvordan arbejdet i beboer- og pårørenderådet fungerer. - Ulla giver et rids af emner, behandlet inden for det seneste år <p>Drøftelse med Ældrerådets repræsentanter.</p>
Mål	At Ældrerådet får indblik i vores arbejde i beboer- og pårørenderådet
Metode	Information og drøftelse
Konklusion/ beslutning	<p>Birthe fortæller om beboer- og pårørenderådets årshjul, om mødeafholdelse og om fokus på alles bidrag for at få et godt arbejde i fællesskab.</p> <p>Vi taler om Husaviser, maden (som er hjemmelavet helt ned til mindste detaljer og får stor ros), hvordan vi taler om meget praktiske ting og meget overordnede ting, og at alle kan indgive ønsker til dagsorden. Vi taler om samarbejdet med præsterne på Sydals og om Dorthes trivselssamtaler med de frivillige.</p> <p>Vi afslutter med tak for besøget fra både beboer- og pårørenderådet og fra Bruno og Kaj Ove.</p>