

Juli

Husavis

Hørup Plejecenter, 2025



Nyt fra ledelsen

Sommeren er over os, og jeg har flere gode nyheder at dele med jer!



Hørup Plejecenter har haft kommunalt tilsyn, udført af BDO, som beskriver Hørup Plejecenter som "et velfungerende plejecenter med engagerede medarbejdere og ledelse, der aktivt bidrager til borgernes trivsel. Hørup Plejecenter leverer de plejefaglige ydelser med en høj faglig kvalitet. Plejecentret har et klart fokus på kerneopgaven, og de arbejder systematisk med sundhedsfremmende og hverdagsrehabiliterende indsatser, herunder målrettede tiltag for borgere med kognitive problemstillinger. Medarbejderne udviser faglig refleksion, og arbejder ud fra en rehabiliterende tilgang." Tilsynet giver to forslag til områder, hvor vi kan udvikle os yderligere, nemlig at sætte et endnu større fokus på dokumentation og at forfine den rehabiliterende indsats i det gode måltid. Rapporten er til høring netop nu og forventes at være godkendt og klar på vores hjemmeside plejehjemsoversigten.dk senest i slutningen af juli.

En anden god nyhed er haveprojektet. Planterne har brug for en solid vanding, helst på naturlig vis med regn, og der er stadig nogle planter, der skal plantes, og kvashegn, der skal færdiggøres. Men det er tydeligt, at haven bliver en smuk oase! Haven er blevet til takket være Haveforeningens generøse bidrag og hårde arbejde. Dette er kun det første skridt i planen om med tiden at forvandle hele

området omkring plejehjemmet til en sansebaseret, afvekslende og smuk have, som vi alle kan nyde.

Vi håber, at I vil tage jer tid til at gå en tur i haven mellem Øst- og Vest-huset, nyde de farverige blomster, som er lige på vej til at blomstre, og måske finde et roligt hjørne til en hyggelig snak. Det er målet at skabe et sted, hvor både beboere og pårørende kan finde glæde og ro.

Vi ser frem til en sommer fyldt med solskin, smil og gode stunder sammen. Tak for jeres fortsatte støtte og engagement – det betyder alverden for os.

Venlig hilsen

Ulla Pedersen, plejecenterleder

ulpd@sonderborg.dk, mobil 27 90 55 29



Billeder fra den nye have

Besøgshest på Nord

Vi har mange besøgshunde på Hørup Plejecenter og er meget glade for deres besøg. Men kunne vi egentlig ikke også have andre besøgsdyr? Jo, hvorfor ikke.... Så en dag kom der en besøgs-pony på besøg i Nordhuset – eller rettere: Uden for Nord-huset. Den må meget gerne komme igen!



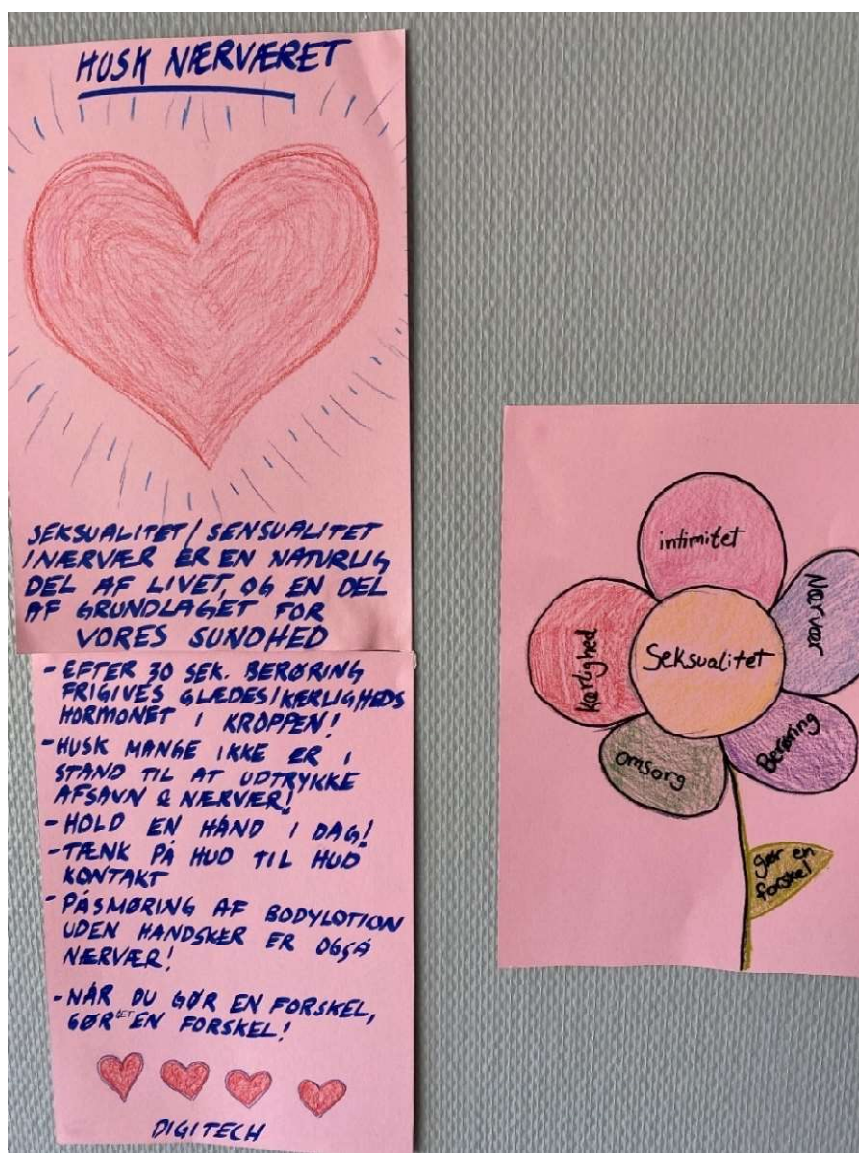
Kortspil med stor koncentration

Billedet viser formiddagshygge, når det er bedst. "Spillebulerne" spredt sig for tiden med lynets hast på Hørup Plejecenter, og kortspil skaber mange gode stunder.



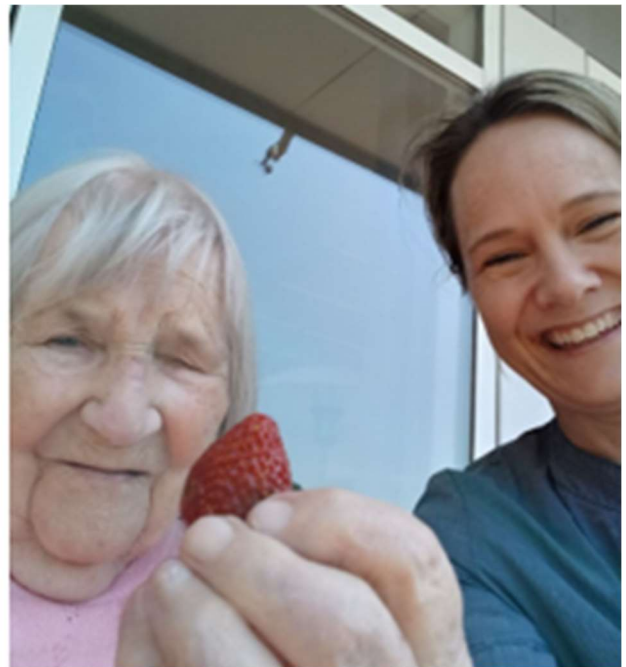
Husk nærværet!

Der er mange gode grunde til, at vi har brug for at blive "tanket op" som mennesker. Nærværet får os til at føle, at vi hører til, det dækker basale behov for at være nødvendige og elskede, det er vigtigt for, at vi føler os godt tilpas, ligesom det fremmer vores sundhed. På billedet ses plakater, som vores dygtige elever i plejen (kaldet "digi-tech-elever") har lavet for at minde alle kolleger om, at nærvær opnås på mange måder, og at enhver mulighed for nærvær bør gribes!



Friske jordbær fra haven

Der er stor begejstring, når der plukkes friske jordbær ude i haven. De smager aldrig bedre, end når man selv har plukket dem. Her fra Øst-huset.



Tomatplanterne har det fint ved Øst-huset – her kan vi dog endnu ikke plukke noget.



Flotte gamle biler på besøg

Vi har på en solskinsdag i juni haft besøg af den lokale veteranbilkлуб. Sikke mange flotte biler. Nogle kunne huske, at de selv havde haft en bil engang, der lignede en af "besøgsbilerne", mens nogle af bilerne allerede var gamle, dengang vores beboere og daghjemsbrugere var unge. Der var flere, som fik en køretur i bilerne, mens andre helst ville se på.

Tak til ejerne af de gamle biler, fordi de kom og gav os en dejlig dag.









To 25-års jubilarer blev hyldet på Drejet

Vi har haft hele to muligheder for at fejre 25-års jubilæum på Drejet i juni måned.

På billedet ses de to jubilarer: Rita Andersen til venstre og Halina Henryka Willadsen til højre, som begge arbejder på Drejet. Det er værdsatte og dyrebare kvinder, som går langt for at skabe det gode liv og de bedste forhold for beboerne på Hørup Plejecenter.



Rita og Halina husker begge dengang Hørup Plejecenter var meget mindre: Hvor Nord- og Sydhuset endnu ikke var bygget, og hvor Drejet var helt anderledes indrettet.



Deltagere i jubilæum – alle nyder den gode mad



Danseafslutning

Seniordansererne i Hørup valgte at holde deres sommerafslutning på Hørup Plejecenter. Da vejret var fremragende, dansede de udenfor i solskinnet, og vi nød at se, hvor dygtige de er.



En lille historie om vasketøj

Fidde og Susan flyttede ind i et nyt kvarter. De var glade for huset og fik det hyggeligt indrettet. Når de sad ved deres spisebord, kunne de kigge over til nabohuset og dets have.

En dag, hvor Fidde og Susan sad og spiste morgenmad, så de, at nabokonen var i haven for at hænge vasketøj op. "Nej, altså", sagde Susan, "det vasketøj er da møgbeskidt - se bare alle de grå pletter!! Den unge nabokone ved ikke, hvordan hun skal vaske korrekt. Måske har hun brug for bedre sæbe." Fidde drak sin kaffe og sagde ikke noget.

I den kommende tid kom Susan med de samme forargede kommentarer, hver gang naboen hængte vasketøj til tørre.



(billedet er lavet af kunstig intelligens)

En måned senere blev Susan overrasket over at se en pæn og ren vask hænge på naboens tørresnor og udbrød: "Det var da på tide. Endelig har hun lært at vaske ordentligt!"

Fidde sagde tørt: "Næ, jeg stod tidligt op i morges og pudsede vores vinduer."

Og sådan er det med livet... Det, vi ser, afhænger af klarheden i det vindue, som vi kigger igennem.

Middagshygge på tværs af husene

På Hørup Plejecenter trænger beboerne nogle gange til at hygge med andre end egne naboer. Personalet hjælper altid med at få kontakt på tværs af afdelinger til at drikke kaffe sammen, spise sammen eller bare hygge foran fjernsynet. På billedet set beboere fra Øst og Vest, som har fundet sammen. De kendte hinanden, inden de flyttede ind på Hørup Plejecenter og har nu lettere ved at besøge hinanden end nogensinde før.

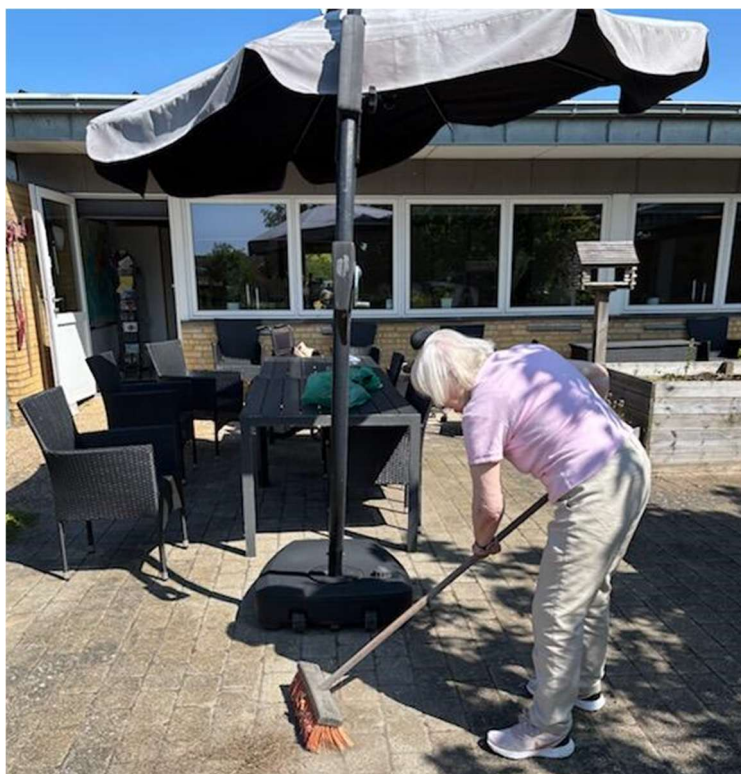


Havearbejde på mange måder

Daghjemmet har sået solsikker, og de passes efter alle kunstens regler i en lille krukke.



Af og til er der brug for en kost for at holde terrassen ren og pæn.



Valgfest på plejecenteret

Lørdag den 14. juni holdt vi valgfest. I år valgte vi at kalde dagen for "vores grundlovsdag" - ikke fordi den har noget med Danmarks grundlov at gøre, men fordi den handler om demokratiet på plejecenteret med dets årlige valg til beboer- og pårørenderådet.

Vi brugte dagen til at hylde de beboere og pårørende, som gør et godt stykke arbejde for det gode liv på Hørup Plejecenter.

Vi havde

- Feststemning og masser af snak over bordene
- Kaffe og lagkage
- Musik med Sønderborg Harmonikaklub
- Fællessange
- Gode historier fra vores nyvalgte råd
- En historie om en kattefarm

I en tid med ufred i verden og risiko for, at demokratiske principper står for fald, var vi meget glade for den flotte opbakning omkring vores eget lille demokrati her på plejecenteret.

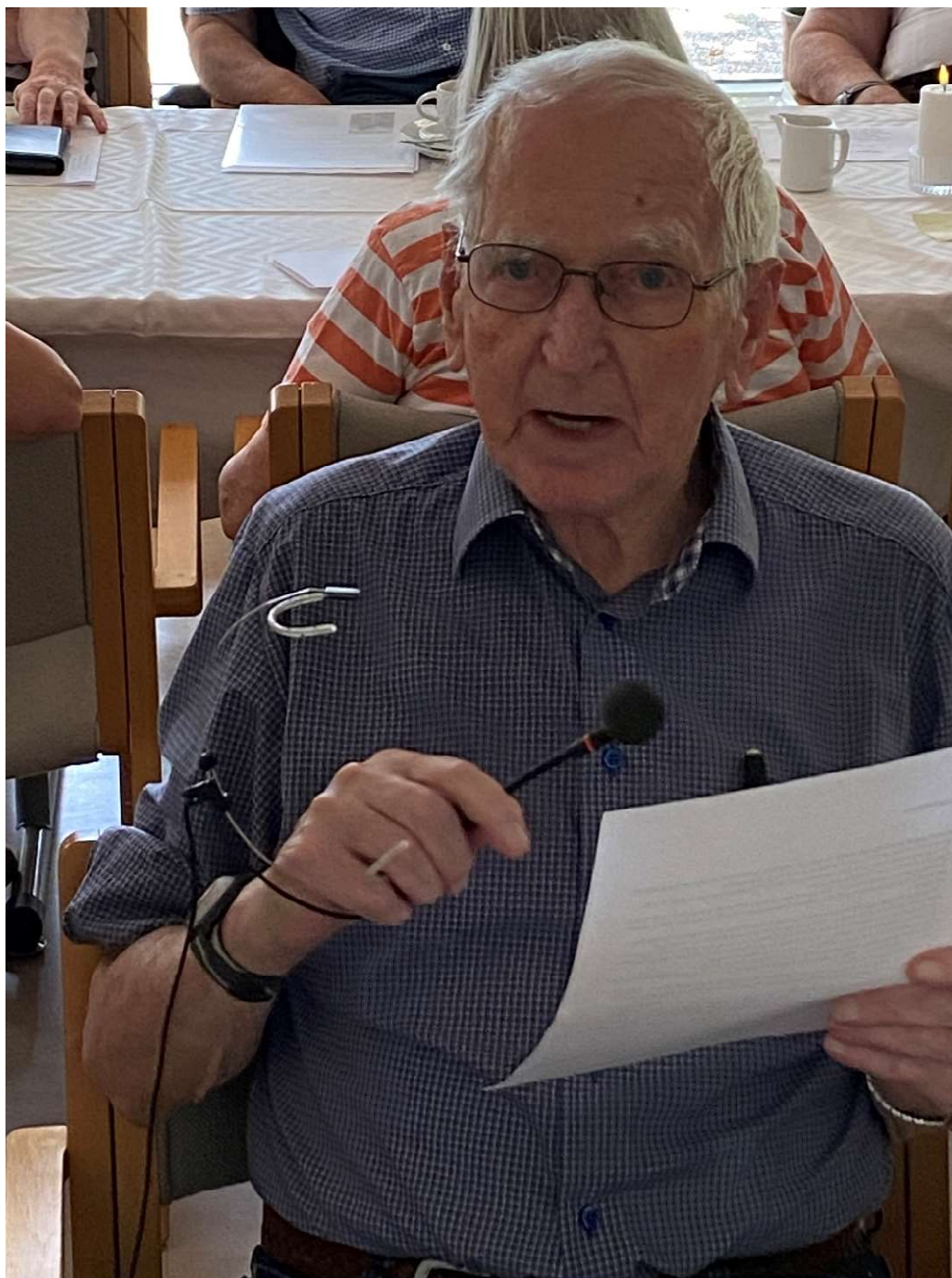






Der spilles på sav! Det var imponerende, hvordan saven supplerede harmonikamusikken.





Poul fra Øst fortalte en historie om, hvilket forretningseventyr der kan ligge i at oprette en alsisk kattefarm, hvor pelsene kan sælges dyrt. Han gav fantasifulde forklaringer på, hvordan farmen kunne blive selvkørende.





Blomster bindes i daghjemmet

Der udvises stor kreativitet, når der skabes flotte blomsterdekorationer i daghjemmet.





Herretur til Kegnæs

Vores lille bus kan desværre ikke rumme hverken det hele eller halve plejehjem, men vi får kørt mange ture i lokalområdet med små grupper.

Her er herrerne fra daghjemmet på udflugt på Kegnæs, hvor naturen er dejlig, og hvor man får blæst håret godt igennem, når man spiser ved borde og bænke ved stranden.





Kegnæs fyr på Als' sydspids ligger højt ved den vestlige ende af den smalle landtange (kaldet Drejet), som forbinder Kegnæs med Als, og som adskiller "Lill'haw" og "Stor'haw". Neden for fyret ligger en stor sten, som isen bragte med sig i isvinteren i krigsåret 1941.

Dartspil i Nord

Nord-husets dartspil er lidt større end de sædvanlige dartsiver, som hænger på væggen. Entusiasmen, hvormed der spilles, er også kæmpestor.



Syd-huset

Der er plads til både aktivitet og stille stunder, hvor man bare kigger ud på det gode vejr og livet udenfor dagligstuen.



Sankt Hans fejres med bål, tale og grill

Sikke en uhyggelig heks, der var på besøg på plejecenteret den 23. juni til Sant Hans fest. Hun kunne både blinke med øjnene og slå en uhyggelig latter op.



Der var stort fremmøde til fejring af Sankt Hans.



Sognepræst Agnete Raahauge fra Hørup Sogn holdt båletalen. Hun tog udgangspunkt i de smukke danske sommersange og fortalte blandt andet om digterne, som har skrevet sangene.





Solæg med mere...

Der har været nabo-træf i Østhuset i en af lejlighederne. Der blev hygget med solæg og snaps i godt selskab.



Solæg er en sønderjysk egnsret, der kan anvendes som let mellemmåltid eller forret.

Når man laver solæg, koger man æggene længere end normalt med løgskaller, hvorved skallen får dekorative brune farver, og blommen bliver grøn eller mørk. Æggene trilles dernæst, så skallen revner, og anbringes herefter i en stærk saltlage i 2-3 dage.

Kort før servering pilles æggene; de deles på langs og den halve æggeblomme pilles op. Hullet i hviden fyldes med stærk sennep, chili, eddike samt olie, og den halve blomme lægges over med rundingen opad.

Aftenhygge i Vest-huset

Sådan en lun sommeraften er det skønt at nyde et glas hvidvin og en pibe tobak på terrassen. Her har Vest-husets beboere og personale fundet udenfor for at nyde aftenen og det gode selskab.



Drinks i Nordhuset

Vi hyggede os med vandmelon cocktails (alkoholfri) i Nordhuset. Prøv at se, hvor lækre de så ud, og de smagte også virkelig godt. Edith fra Syd var på besøg den dag – det er dejligt, når beboere besøger hinanden på tværs af husene, det giver nye venskaber og godt humør.



Udflugt til dyrskue på Dybbøl Plejecenter

En dag i strålende solskin blev der afholdt dyrskue i Dybbøl, og alle plejecentrene og naboerne til Dybbøl plejecenter var inviteret. Der var noget for øjet, for næsen og for smagen, og det var dejligt at klappe de mange venlige dyrs bløde pels.



Imponerende kagebord





Kaffeopdækning i det fri

Så er der dækket op til kaffe på Øst i det gode vejr.





Solskinsture i bussen

Når solen skinner, hvad er så bedre end en tur ud i det blå. Her er daghjemmets mandagshold taget en tur til Kegnæs, og solbrillerne og madpakkerne er fundet frem.



Aktiviteter i juli 2025

Tirsdag den 1. juli	Gymnastik i aktivitetscentret kl. 10.30. For alle
Torsdag den 3. juli	Gudstjeneste og altergang i aktivitetscentret kl. 10.30 ved Leif Jordt. For alle Kl. 15.00-16.00 skubberne kommer og kører tur. For beboere
Fredag den 4. juli	Nørkle klub i daghjemmet kl. 10.00-11.30. For beboerne
Tirsdag den 8. juli	Gymnastik i aktivitetscentret kl. 10.30. For alle
Onsdag den 9. juli	Nørkle klub i daghjemmet kl. 10.00-11.30. For beboerne
Tirsdag den 15. juli	Gymnastik i aktivitetscentret kl. 10.30. For alle
Torsdag den 17. juli	Gudstjeneste i aktivitetscentret kl. 10.30 v. Leif Jordt. For alle Skubberne kl. 15.00-16.00. For beboerne
Tirsdag den 22. juli	Gymnastik i aktivitetscentret kl. 10.30. For alle
Tirsdag den 29. juli	Gymnastik i aktivitetscentret kl. 10.30. For alle

Torsdag den 31. juli Gudstjeneste i aktivitetscentret kl. 10.30 v.
Hans Havelund. For alle

Skubberne kl. 15.00-16.00. For beboerne.

Ret til ændringer forbeholdes

Som det fremgår af denne Husavis, lokker sommeren med udeaktiviteter og masser af samvær. Derfor er de ovenfor nævnte aktiviteter kun en lille smagsprøve af, hvad der kommer til at foregå i juli måned.

De fleste aktiviteter vil være spontant arrangeret ude på afdelingerne og blandt andet afhænge af vejret.



Madplan juli 2025

Tirsdag	1	Fiskefrikadeller med persillesovs og kartofler. Jordbær med fløde.
Onsdag	2	Hønsefrikasse og kartofler. Skyr panna cotta med frugtpure.
Torsdag	3	Maden laves ude på afdelingerne.
Fredag	4	Italienske kødboller i tomatsovs med ris. Abrikosgrød med mælk.
Lørdag	5	Maskeret blomkål med hjemmebagt flutes.
Søndag	6	Rødvinsmarineret steg med skysovs, kartofler og grønt. Jordbær trifli.
Mandag	7	Krebinetter med stuvede ærter og gulerødder og kartofler. Rabarbersuppe med creme fraiche.
Tirsdag	8	Blomkålsgratin med brasede kartofler. Jordbær med mælk.
Onsdag	9	Stegt kalvelever med løgsovs og kartofler. Hindbær koldskål.
Torsdag	10	Sommergryde med kartofler. Jordbærgrød med mælk.
Fredag	11	Medister med stuvet spidskål og kartofler. Nougatis.
Lørdag	12	Varmrøget ørred.

Søndag	13	Husarsteg med skysovs, kartofler og bønner. Frugter med kvark creme.
Mandag	14	Farsbrød med feta og soltørrede tomater, skysovs, kartofler. Koldskål med kammerjunkere.
Tirsdag	15	Stegt fisk med persillesovs og kartofler. Jordbær med mælk
Onsdag	16	Røget kyllingebryst m. skysovs og kartofler. Ymerfromage med appelsinsovs.
Torsdag	17	Maden laves ude på afdelingerne.
Fredag	18	Sellerifrikadeller med skysovs og kartofler. Pandekager med syltetøj.
Lørdag	19	Æggekage med bacon-tomat og purløgssdrys.
Søndag	20	Apoteker med kartoffelmos. Citronfromage.
Mandag	21	Frikadeller og Snysk. Bærfool.
Tirsdag	22	Koteletter med skysovs og kartofler. Jordbær med mælk.
Onsdag	23	Svensk pølseret med kartofler. Æblegrød med mælk.
Torsdag	24	Ovnbagt ørred med stuvede sommerporrer og kartofler. Frugt med vanilje creme.

Fredag	25	Fylt peberfrugt med kartoffel og hytteost. Is med chokoladesovs.
Lørdag	26	Blomkålssuppe med kødboller og hjemmebagt flutes.
Søndag	27	Steg med skysovs og kartofler. Hindbærfromage med flødeskum.
Mandag (Bente J.)	28	Grillpølser med kartoffelsalat og grønsalat. Jordbær med fløde/mælk.
Tirsdag (Helle)	29	Lasagne med salat. Islagkage.
Onsdag	30	Vegansk paprikagryde med ris. Koldskål med kammerjunkere.
Torsdag (Gynther B)	31	Ribbensteg med skysovs, kartofler og rødkål. Is med frugt.

Til alle måltider serveres der grøntsager, salat eller surt.

Ret til ændringer forbeholdes.

Månedens krydsord



Robust			Efter O	Have	Næse Først i peber		Tæppe	Antal
Af- skærm- ning			2 før L		Billyd			
			Sæt i værk		Værelse			
Vin- ingredi- enser						Nord Gammelt høst- redskab		Hav- plante
Nappede				Skjult				
Parkering				Dyr				
							Før B	
							To ens	
An- befalet		Drik			Drik			
		Østrig			Efter D			
Ufin								



Kun til privat brug. Copyright: hyggeleg.dk

(bringes med tilladelse fra hyggeleg.dk)