

Juli

Husavis

Hørup Plejecenter

2023



Husavis Hørup Plejecenter, juli 2023

Nyt fra ledelsen

Vi har haft mange varme dage i juni. Nogle synes, det er verdens bedste vejr, men landmændene og haveejerne sukker efter vand til planterne, mens andre sukker, fordi de ikke er helt godt tilpas i varmen.

Gode råd i varmen på Hørup Plejecenter er:

- Masser af kolde drikke, af og til serveret som farverige "drinks" med pynt og sugerør for at give mere lyst til at drikke
- Salte snacks
- Vandmelon, jordbær, koldskål (for at sikre væskeindtag på anden vis)
- Is
- Søg ind under parasoller, markiser eller træernes skygge
- Brug solhat på udenfor
- Husk solcreme
- Få et koldt fodbad – vi har masser af baljer, indkøbt til formålet
- Vores grund ligger ret tæt på kysten, og der er næsten altid steder at finde med luftning i haven, så træk udenfor i skyggen der, hvor det er koldest – eller bliv indenfor, hvis der er køligst der.

Fortsat god sommer!

Venlig hilsen

Ulla Pedersen, plejecenterleder

ulpd@sonderborg.dk, mobil 27 90 55 29

Højskoleeftermiddag

Den 30. maj 2023 holdt vi højskoleeftermiddag på Hørup Plejecenter for frivillige, pårørende og andre, som ønskede at vide noget om sygdommen demens.



Der kom 35 til foredraget og i ægte højskoleånd startede og sluttede vi med en sang.

Det var sygeplejerske Inge Andersen og aktivitetsmedarbejder Dorthe Kastrup, som vi kender fra plejecentret der underviste og de fortalte om, hvordan vi gør hverdagen så god som muligt her på plejecentret.

Vi kommer til at holde flere arrangementer efter sommerferien og skal nok orientere om dem her i Husavisen.



Sommeren er over os

Selvom solen som bekendt står op i Øst, er det herunder beboere fra Vest, der er ude på en morgen-promenadetur.



Herunder er det "Sydens" beboere, der også er ude og nyde den dejlige morgensol.





Rundt på hele plejecenteret nyder beboerne sol og sommer.

Her til vestre, nyder de 2 damer solen, varmen og en kold appelsinvand, imens de ser på, at vores dygtige pedeller arbejder i haven og slår græsset.

Herunder er det beboere fra henholdsvis Drejet og Syd, der er ude og nyde den dejlige sommervarm sol.



Madlavning på afdelingerne

En gang om måneden kommer køkkenpersonalet ud på de enkelte afdelinger og kokkerer. Det betyder, at duftene breder sig endnu mere ud i alle kroge end sædvanligt, og beboere, der ønsker det, kan være med til at hjælpe med madlavningen. Hvert hus bestemmer, hvad menuen skal være, og det betyder, at der laves noget forskelligt overalt.

Duften af mad kan udløse erindringer om gode minder og oplevelser, og når beboerne dufter den lækre mad, kan det motivere dem til at spise mere.



I juni måned blev der arbejdet i udekøkkener i mange af husene. Her på Øst var menuen grillpølser på terrassen i det dejlige sommervejr.

Og samme dag på Øst blev det besluttet, at det ville gøre alting endnu bedre, hvis der blev serveret flot pyntede drinks. Så med let kvindehånd blev drinksene pyntet og dernæst nydt i godt selskab på terrassen.



På tur i varmen

En varm dag i juni tog Syd på tur. Vi havde søgt køretilladelse til Gråsten skov, så der startede turen. Det var svært at finde rundt i skoven, men vi fik da set både Margrethe og Anne Marie søerne. En meget smuk skov, som tydeligt bærer præg af, at den er kongelig og velholdt. Efterfølgende gik turen gennem Gråsten by og videre til Sønderborg, hvor vi kørte langs den smukke Grønekærvej med udsigt over vandet og over til Broagerland. Vi spiste vores medbragte mad ved 2-øren med udsigt over til Sønderborg slot. En super dejlig tur med de skønneste mennesker.



Sjov bevægelse

Det er kun fantasien, der sætter grænser for, hvordan beboerne får bevægelse og motion i hverdagen på Hørup Plejecenter. Personalet laver hjemmelavede spil med ganske små midler, og ofte bruges småting, som allerede findes i huset.

Det er til stor morskab for alle ude på afdelingerne, når de hjemmelavede spil afprøves.





Torpedostationen i Høruphav

Redaktøren for Husavisen har været på en lille udflugt til Torpedostationen, som ligger ved Hørup Klint på Gendarmstien. Torpedostationen blev bygget i starten af 1900-tallet som en del af det danske forsvar. Formålet var, at flåden under første og anden verdenskrig, kunne bevogte indsejlingen til Als Fjord og sikre passage for allierede skibe.



Ud i det blå med daghjemmet

Billedet herunder viser en sejltur med "Bitten Clausen" fra Hardeshøj til Ballebro, herefter en skøn tur på Sundeved-siden. Vi elsker at sejle!



Vi elsker også ture i bussen, og på en af vores ture ud i det blå, mødte vi lige den flotte strandskade ved stranden.

Strandskaden er en vadefugl med karakteristisk sort og hvid fjerdragt og røde ben og et langt rødt næb. I Danmark er fuglen kendt langs vores kyster, især ved den jyske vestkyst, men kan også findes ved åer og søer i indlandet samt på flade hustage i byerne. Der er ca. 7000-8000 par strandskader, der yngler i Danmark.

Strandskaden



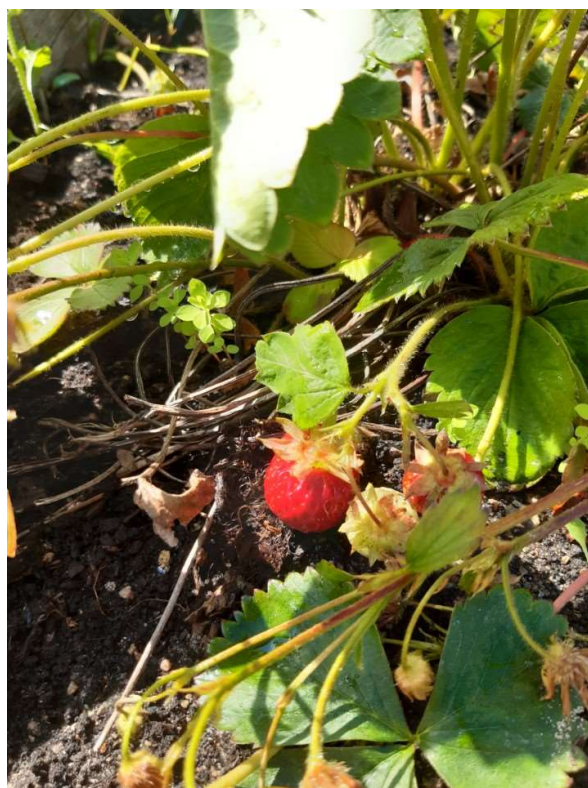
Til udsigten med daghjemmet

På 16. etage på Hotel Alsik ligger Point of View, også kaldet udsigten. Vi nyder her udsigten 360 grader ud over Sønderborg by og opland, i 46 meters højde. Bag de unge damer på billedet, ser man Alsion, som ligger på den "hellige side" af Sønderborg



Køkkenhaven

De små køkkenhaver i højbedene er så småt begyndt at spirer og de fine små jordbær skal også nok følge med.



Billede: Pixabay.com

Dyrskue på Dybbøl Plejecenter

En skøn eftermiddag i juni, tog vi til dyrskue på Dybbøl Plejecenter. Vi så masser af dyr, spiste popcorn, drak kaffe og spiste lækre kager i teltet.

Tak, fordi vi måtte være med, en oplevelse vi stadig taler om.



Se min kjole

Åse i sin flotte grønne kjole på vej hjem efter nogle hyggelige timer i nørkle-klubben.



Lego blomster

Man bliver aldrig for gammel til at bygge med Lego. På billedet herunder kan I se vi laver farverige Lego blomster. De står så flot og rankt i sommervarmen – og så endda uden vand.



Kreative forberedelser til Sankt Hans

Her er heksen til Sankthansbålet er ved at blive lavet. Beboerne og personale hyggede rigtig meget, og der var mange grin undervejs. Se lige, hvilken smuk heks der blev fremtryllet.



Pedellerne griller til Sankt Hans hygge

Fredag d. 23. juni blev der traditionen tro, afholdt Sankt Hans på Hørup Plejecenter. Det var en lidt anderledes fest en vanligt, da der på grund af afbrændingsforbud ikke måtte tændes bål.

Men vejret var dejligt og pedellerne grillede til den store guldmedalje.



Sankt Hans hygge

Når nu vi ikke måtte sende heksen til Bloksbjerg, ja så inviterede vi hende med til bords i stedet, som I kan se på billedet her.



Hekseafbrænding eller ej, festen den blev holdt alligevel og alle var glade. Bente Nissen og Tim Hansen stod for musikken, og Tim var rigtig god til at fortælle sjove anekdoter mellem melodierne.



Menuen stod på perfekt grillede ringridere, lækker hjemmelavet kartoffelsalat og til slut en vaffelis. Beboere, pårørende og personale havde uden tvivl, en hyggelig eftermiddag.



Billede: Pixabay.com



Valgfest

D. 3. juni blev der afholdt valgfest på Hørup Plejecenter, hvor det nye beboer- og pårørenderåd skulle konstitueres. Dette blev fejret med hyggelig harmonikamusik og pølsevognsmad.

Beboer- og pårørenderådet konstituerede sig, og både formand og næstformand blev genvalgt for det kommende år.

Formand:

Birte Sørensen

Mail: Birte.svend@outlook.dk // tlf. 74 40 75 36

Næstformand:

Henning Elmholt

Mail: Hannibal20@bbsyd.dk // tlf. 61 79 74 42



25

Farvestrålende marker i juni

Naturen og dens vilde farver, er en sand fryd for øjet i juni måned. Billedet af valmuerne er taget ved solcelleparken i Vollerup og tidselmarken ligger ved Broager.



Juni brunch

Der var lækker brunch den 14. juni, hvor beboere fra alle afdelinger mødtes i den store spisesal og nød køkkenets lækre kulinariske kreationer. Der blev snakket på kryds og tværs, og undervejs sang vi et par sange.





Lange lyse nætter

Man har kunnet mærke i juni, at dagene blev længere og længere. Og med det solrige og skyfrie vejr har der været et væld af smukke solnedgange. Her et billede fra toppen af byen i Kirkehørup.



Aktiviteter i juli 2023

- Man. d. 3. juli: Nørkle klub kl. 10.00-12.00 i daghjemmet
For beboerne på plejecentret
- Ons. d. 5. juli: Brunch i spisestuen kl. 9.00-11.00
for beboere på plejecentret og borgere i
daghjemmet.
- Tors. d. 6. juli: Gudstjeneste i aktivitetscentret kl. 10.30
For alle
- Man. d. 10. juli: Nørkle klub kl. 10.00-12.00 i daghjemmet
For beboerne på plejecentret
- Tirs. d. 11. juli: Stolegymnastik og mindfulness i aktivitetscentret
kl. 10.30
For alle
- Tirs. d. 18. juli: Besøg i Sønderborg, hvor dronningen ankommer
med kongeskibet kl. 10.00. Vi kører kl. 9.00.
For en gruppe beboere på plejecentret, de
pågældende får besked.
- Ons. d. 19. juli: Der kommer folkedansere og danser for os enten
ude eller inde kl. 10.00-12.00.
For beboere på plejecentret og borgere i
daghjemmet.
- Tors. d. 20. juli: Gudstjeneste i aktivitetscentret kl. 10.30
For alle
- Tirs. d. 25. juli: Stolegymnastik og mindfulness i aktivitetscentret
kl. 10.30
For alle

Aktivitetsmedarbejder Dorthe Kastrup holder sommerferie i ugerne
29-30-31.

Madplan juli 2023

Lørdag	1	Millionbøf med kartoffelmos Æblegrød med mælk
Søndag	2	Husarsteg med skysovs, kartofler og bønner. Frugter med kvark creme.
Mandag	3	Tærter med grilløst Solbægrød med mælk
Tirsdag	4	Krebinetter med stuede ærter og gulerødder og kartofler Jordbær med fløde
Onsdag	5	Brunch i spisestuen
Torsdag	6	Stegt kalvelever med løgsovs og kartofler Hindbær-koldskål
Fredag	7	Italienske kødboller i tomatsovs med ris Abrikosgrød med mælk
Lørdag (Inge) Jørgen	8	Kong Fiddes livret med pommesteges frites Is med vafler
Søndag	9	Rødvinsmarineret steg med skysovs, kartofler og grønt Rabarber trifli
Mandag	10	Wienerpølser med kartoffelsalat Kakaosuppe med flødeskum
Tirsdag	11	Stegt fisk med persillesovs og kartofler Jordbær med fløde
Onsdag	12	Kylling filet med flødekartofler og broccolisalat Is med jordbær eller jordbærsovs
Torsdag (Rikke)	13	Flæskesteg med skysovs og kartofler Regnbueis med vafler
Fredag	14	Oksefad med kartoffellåg Nougatis
Lørdag	15	Sommergryde med kartofler og drueagurker Hindbærfremage med flødeskum
Søndag (Hans H.)	16	Stegt flæsk med persillesovs og kartofler Jordbær med fløde





Mandag	17	Farsbrød med feta og soltørrede tomater, skysovs, kartofler og broccoli Frugtsalat
Tirsdag	18	Hønsfrikasse og kartofler Jordbær med mælk
Onsdag	19	Snysk med medister Ymerfromage med appelsinsovs
Torsdag	20	Ribbensteg med skysovs, kartofler og rødkål Jordbærfromage
Fredag	21	Boller i selleri med kartofler Æblekage
Lørdag	22	Brændende kærlighed og rødbeder Rabarbergrød med mælk
Søndag	23	Mørbradbøf med champignonsovs og kartofler Citronfromage
Mandag	24	Frikadeller og med nye kartofler og persillesovs Koldskål med kammerjunker
Tirsdag	25	Stegt fisk med persillesovs og kartofler Bærfool
Onsdag	26	Bøf med bearnaisesovs og salat Frukt med vaniljecreme
Torsdag (Helle)	27	Stegt kylling med skysovs, kartofler og salat Is med flydende chokoladesovs
Fredag Bente	28	Grill pølser med kartoffelsalat og grønsalat Jordbær med fløde
Lørdag (Helle)	29	Spaghetti med kødsovs og salat Frugtsalat
Søndag (Gynther)	30	And med skysovs, kartofler og rødkål Hjemmelavet is
Mandag (Chr. Gynther)	31	Medister med stuede porrer og kartofler Jordbær med mælk

Ret til ændringer forbeholdes

Månedens krydsord

Sensommerkryds

Sværhedsgrad: let
Nr. 0619-003

		Metal	Dyr ved strand Efter N	Tyskland		Kammer Først i renovationsbil	Det gamle hus
	Før F		Østrig Kørekort	Fra Dublin Rest			
	Vest	Røde bær Skolelokale				Lille ø Syd for Sjælland Liter	
	Uran	Forvirret	Strøm Svar		Small Ronja Larsen	Nord Svar	
	Uærlig			Vende			
	Parkering			Sverige			
						Tændt	

Copyright hyggeleg.dk

(bringes med tilladelse fra hyggeleg.dk)