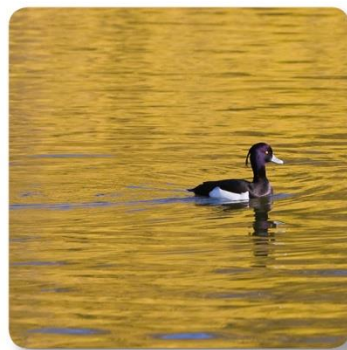


Plejecenter Mølleparken

Husavis maj 2023



April 2023
Ma Ti On To Fr Lø Sø
1 2
3 4 5 6 7 8 9
10 11 12 13 14 15 16
17 18 19 20 21 22 23
24 25 26 27 28 29 30

Juni 2023
Ma Ti On To Fr Lø Sø
1 2 3 4
5 6 7 8 9 10 11
12 13 14 15 16 17 18
19 20 21 22 23 24 25
26 27 28 29 30

MAJ 2023

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
1 	2	3	4	5 	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	 31 				

7calendar.com/dk/



Indhold

Indslag fra plejecenterlederen.....	4
Påskefrokost	5
10-års jubilær	8
Musik i aftenhjem.....	9
Fredagscafe.....	10
Udflugt i Nørreskoven	11
Stol på motion.....	12
Svaner ved Mølledammen	13
Musik med Basse.....	14
Udflugt til Fole tulipanplantage	15
Dans	16
Frisk herretur til Dyvig	17
Invitation til Sankt Hans	18
Sønderjysk Pigekor	19
Tøjsalg	20
Mølleparkens Musikfestival	21
Invitation.....	22
Bruge- pårørenderåd på Plejecenter Mølleparken	23
Aktivitetsplan maj 2023	25
Vil du spise med	26
Madplan for MAJ 2023.....	27

Indslag fra plejecenterlederen

Nu er sommeren på vej. Det kan mærkes i luften og på humøret. Overfrakken lynes op når man sidder i solen, og kaffen kan nydes i gårdhaven, måske med et enkelt tæppe om benene. Men vi ved det går mod varmere tider.

På vores aktiviteter kan vi også aflæse sommerens snarlige komme. Vi får besøg af motorcykler i gården, og vores Musikfestival 2023 skal løbe af stablen d. 24. maj. Vi glæder os til at videreføre traditionen, og vi håber på skøn solskin til vores dag i musikkens tegn. Læs mere om hvordan du tilmelder dig denne fantastiske dag på side 21 i Husavisen.

Sankt Hans vil vi igen i år fejre med en kæmpe fest i telt med grillmad, sang, musik og selvfølgelig skal vi også have heksen sendt afsted til Bloksbjerg. Læs mere om hvordan du tilmelder dig dette arrangement i denne udgave af Husavisen.

Vi har i april været vært for to hold kursister på Erindringsdansuddannelsen. Det var en uge der stod i dansens tegn. Dage med fuld musik. Damer i flotte kjoler, galante herre klar til dans, latter og røde kinder.

Påsken faldt i år i starten af april og vi havde her på plejecentret nogle dejlige dage hvor vi fik fejret påsken. Vi havde lige op til påske en rigtig hyggelig påskefrokost hvor vi fik alt hvad hjertet kunne begære af lækker mad og godt samvær.

Vores busser kører også oftere og oftere ud i det blå. På ture i by, skov og til vandet. Kolonihaven er i fuldt flor og de frivillige har afholdt de første fællesarbejdsdage i haven. Kunne du tænke dig at blive en del af fællesskabet og give en hånd med i ny og næ, så kan du altid rette henvendelse til formanden for Mølleparkens Frivillige, Lis Arnold. Kontaktoplysningerne finder du inde i bladet.

I maj holder Bruger-/pårørenderådet møde for første gang efter valget. Vi glæder os til at modtage nye medlemmer i rådet. Har du fået lyst til at være en del af rådet, men ikke har nået at stille op til valget kan du kontakte plejecenterleder Mie Märcher Russell eller formand Lis Arnold. Kontaktoplysninger finder du i denne udgave af Husavisen.

Jeg håber at se mange af jer både beboere, pårørende og frivillige til vores kommende arrangementer her på Plejecenter Mølleparken.

Mie Märcher Russell
Plejecenterleder



Påskefrokost

Her er lidt hyggelige stemningsbilleder fra vores påskefrokost den 28. marts



Til forret blev der serveret røget
ørredmousse med dressing





Nogle af beboerne har tidligere været med til at lave dekorationer, og strikke påskeharer som skulle stå på bordene rundt i de forskellige afdelinger



Desserten bestod af en mango
hindbærfromage med
flødeskum, ved siden blev der
serveret kaffe og en bailey



10-års jubilar

Erna Thøgersen har fra den 1.maj boet her på plejehemmet i 10 år.



Erna flyttede i sin tid hertil sammen med sin mand, da han var blevet plejkrævende. Grunden til at Erna kunne flytte med var at vi havde en ledig ægtefællebolig. Ernas mand boede her desværre kun i 2,5 år, men det var nogle gode år han havde her. Selvom Erna ikke har brug for hjælp, har det været muligt for hende at blive boende.

Erna er meget tryk ved at være her, da man altid har personale omkring sig hvis man har brug for hjælp. Erna nyder især vores arrangementer, hvor man kan mødes med andre og få en snak. Især sang og dans har fanget hendes interesse.



Musik i aftenhjem

Inspireret af nyligt overstået erindringsdans kursus satte vi dejlig musik på i aftenhjem med bl.a. Gustav Winkler, Grethe Ingemann og Bjørn Tidmann. Det vakte stor begejstring og man kan godt danse når man sidder ned, og når benene trænger til et hvil efter at have været på dansegulvet.



Det er svært at sidde stille når musikken spiller og minderne kommer frem...



Fredagscafe

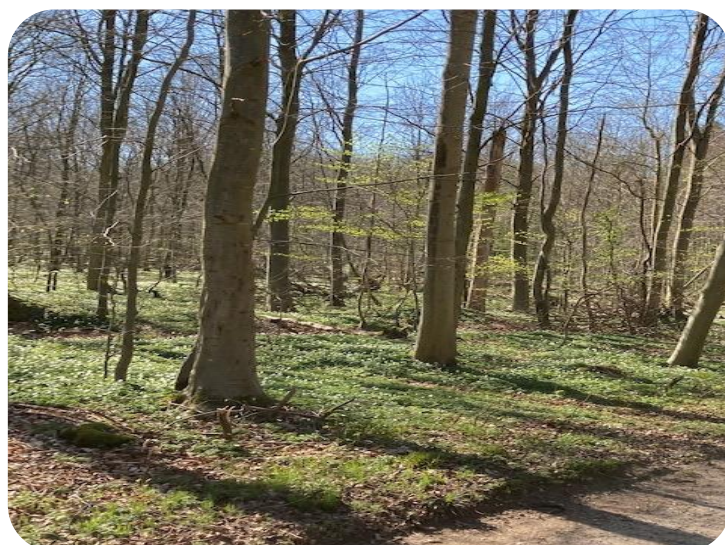
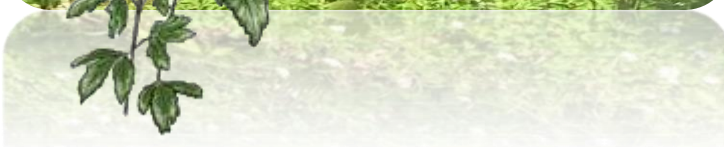
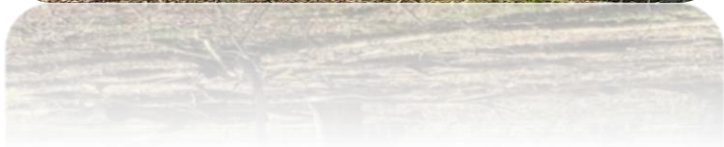
Hver fredag holder vi fredagscafe, hvor vi hygger og får rundstykker og kaffe



Udflugt i Nørreskoven

Her er lidt billeder fra årets første udflugt igennem Nørreskoven.

Utroligt smukt, bøgen er lige ved at springe ud og anemonerne står i fuldt flor.

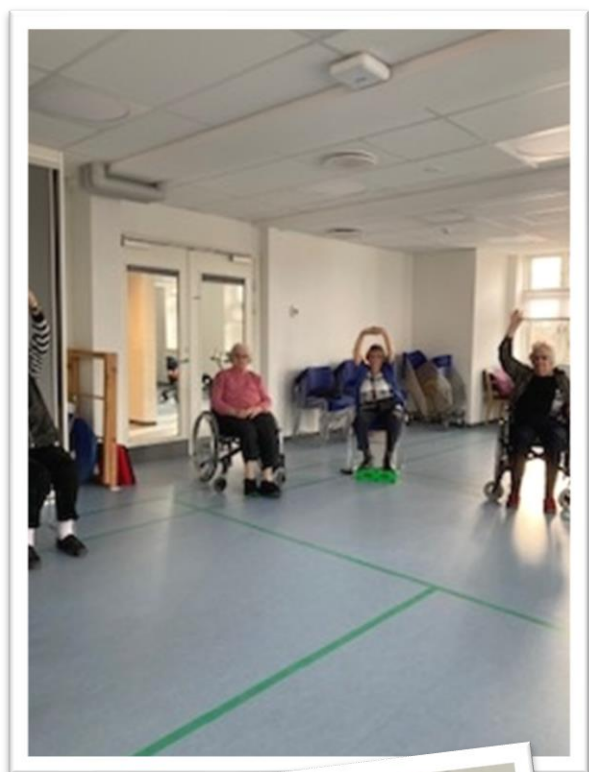


Stol på motion

Vi er så heldige at have to frivillige som har lavet et motionshold, som de kalder "Stol på motion".

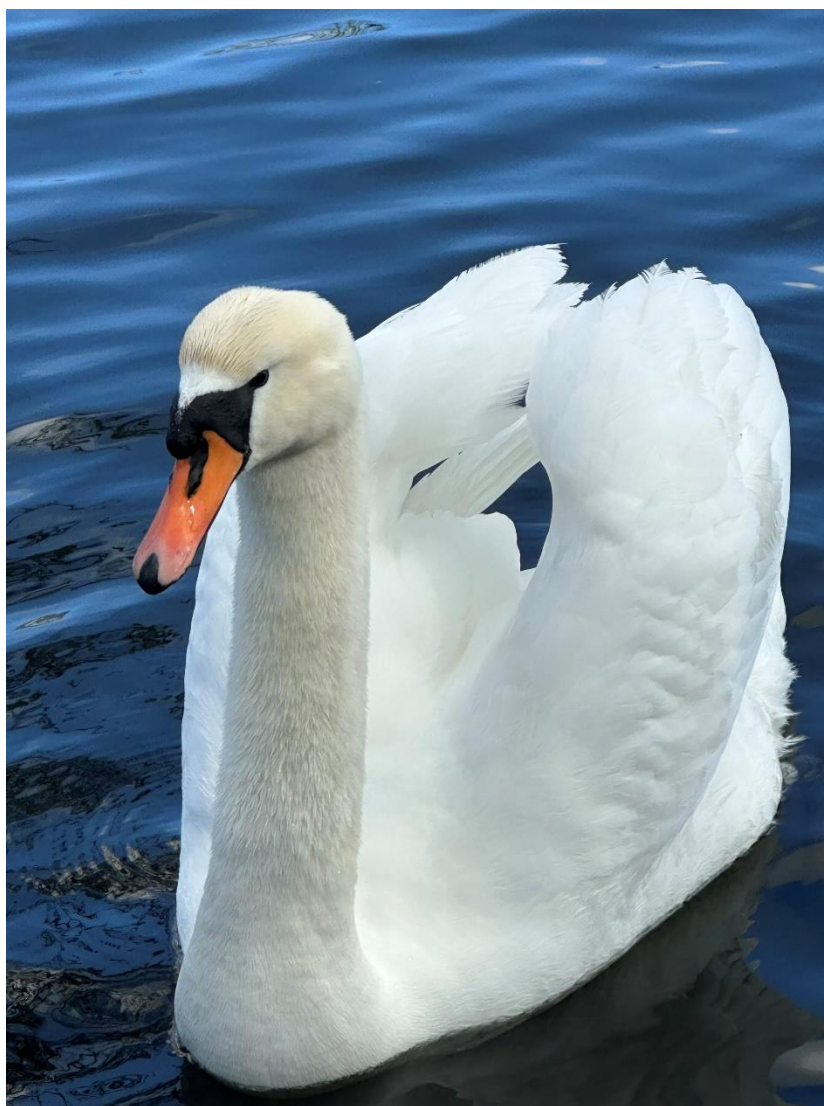
Motionsholdet er godt besøgt, og alle de flittige er til gymnastik hver onsdag.

Der arbejdes ihærdigt for at få løsnen op for både skuldre og nakke samt koordinere fingrene



Svaner ved Mølledammen

Så er svanerne kommet til mølledammen, så nu venter vi spændt på at der bliver bygget rede, og bliver lagt æg



Se med i næste udgave, hvor vi forhåbentligt kan præsentere en rede fuld af æg.



Musik med Basse



Hver mandag aften har vi Basse på besøg, han spiller guitar og synger sammen med os . Denne gang havde han en overraskelse med, som var en gæst der spillede på sav. Det var en succes.



Udflugt til Fole tulipanplantage



Så har vi igen i år været på udflugt til Fole tulipanplantage. Vejret var ikke det mest heldige, men det blev det da vi nåede plantagen, dog kunne vi ikke sidde ude. Men vi fik lov at nyde det flotte syn samtidig med en god kop kaffe.

Turen på vej derhen...



Dans

Vi var nogle kolleger og frivillige der var på kursus i Erindringsdans her i april. Vi håber på at kunne invitere til dans efter sommerferien.



Erindringsdans er en aktivitet, der tillader tæt, fysisk kontakt på en naturlig måde og styrker sociale relationer mellem beboere, personale, pårørende og frivillige



Erindringsdans skaber livsglæde



Frisk herretur til Dyvig



Selvom temperaturen stadig kræver at vi har vinterjakken på, så har vi været ude på tur med kaffekurven.

Det er altid godt med noget frisk luft.





Invitation til Sankt Hans

Torsdag den 22. juni 2023

Kl. 17.00

fejrer vi Sankt Hans aften på Plejecenter
Mølleparken.

Beboere, pårørende, frivillige og personale er
inviteret.

Det koster kr. 150,00 for pårørende at deltage.
Beløbet betales via mobilpay til 370256

Pårørende og personale som ikke er på arbejde
denne aften skal tilmelde sig til Nariman på
kontoret senest onsdag den 14.6.2023 på
telefon 23 83 53 05.





Sønderjysk Pigekor

Kommer og synger for os

Onsdag d 31 Maj kl 16.45

Det forgår ude i vores Gårdhave
Alle er velkommen

Tøjsalg



ASTRIDS TØJBUTIK

Tøj til både **mænd** og **kvinder**

TØJSALG

PÅ MØLLEPARKEN
TIRSDAG
D. 16. MAJ
KL. 14.00



BRANDEX

SIGNATURE
The Art of Style

Ofelia

Smashed Lemon

Cassiopeia

SKOVHUUS
EST. 1975

TK TEXTIL
KARNTNER

PRE-END

Betalingsmuligheder:



mastercard



MobilePay™

Faktura

v. Astrid Juul Østerlund
Telefon 22 95 08 32 . astridstoejbutik@gmail.com

Mølleparkens Musikfestival



24 maj 2023 Klokken 10.00 – 15.00

Gæster er velkomne, husk tilmelding!

Billetprisen er 150 kr.

Det er inkl. mad og drikke

Årets program:

Orange scene:

10.15-11.00 Per Laulund

12.15-13.15 Aksel Tang og
Asger Hald

14.15-15.15 Basse og Solvejg

Grøn scene:

11.15-12.00 Sanglærkerne

13.30-14.15 Sonny Paulsen

Konferencier: Flemming Nielsen

Det er kun muligt at betale
med mobilepay

På nummeret: **370256**



Husk: Noter navn og festival ved betalingen

Sidste tilmelding: 9.5.2023



Invitation

Plejecenter Mølleparken vil gerne invitere Sønderborg MCC og evt. venner :-)
til en hyggelig formiddag i Mølleparkens have.

Fredag d. 19/5 2023 fra kl. 10- 12.30.

Kom og vær med til at skabe en god formiddag sammen med os der bor på Mølleparken

Det bliver super hyggeligt



Vi mødes i haven kl. 10:00

Hygger os med kaffe og snakker med gæsterne

Til middag er der grillpølser

Bruge- pårørenderåd på Plejecenter Mølleparken

Beboerrepræsentanter:

Erna Thøgersen
Møllehaven 1. sal lejl. 15

Ilse Pedersen
Møllehaven 1. sal lejl. 29

Günter Brinck
Damhuset lejl. 45

Asmus Carstens
Damhuset lejl. 41

Pårørenderepræsentanter:

Lothar Ingwersen – lothar@stofanet.dk

Hanne Erichsen – hberichsen@hotmail.com

Carsten Carstensen – tlf. 24 80 51 19

Marianne Radik – marianneradik0@gmail.com

Repræsentant for de frivillige:



**Lis Arnold repræsentant
for de frivillige**
lisses1@gmail.com

Medarbejderrepræsentanter:



Hanne Aagaard
medarbejder repræsentant
hkaa@sonderborg.dk



Helle Zinndorff
medarbejderrepræsentant
hhss@sonderborg.dk



Christel Michael Behnke
Daglig leder Møllehaven 1.
sal
chbe@sonderborg.dk



Susanne Jørgensen
Daglig leder køkken
sujo@sonderborg.dk



Mie Märcher Russel
plejecenterleder og
sekretær for udvalget
mmru@sonderborg.dk

Aktivitetsplan maj 2023

1.	Mandag	10,00	Besøgshund Læsegruppe	Haven Møllehaven
2.	Tirsdag	Kl. 10,00 Kl. 14.30	Sanglærkerne Gudstjeneste	2. sal gymnastiksalen 3. sal
3.	Onsdag	Kl. 10,15 Kl. 15.30	Stol på motion Musik og sang	2 sal Gymnastiksalen Damhuset
4.	Torsdag	Kl. 10.00 Kl. 10.00	Herregruppe Damegruppe	3. sal 2. sal
5.	Fredag	Bededag		
8.	Mandag	Kl. 10.00 Kl. 10.00	Biblioteket Læsegruppe	Møllehaven stuen
9.	Tirsdag	Kl. 10.00	Sanglærkerne	Gymnastiksalen 2.sal
10.	Onsdag	Kl. 15.30 Kl. 10.15	Musik og sang Stol på motion	Damhuset Gymnastiksalen
11.	Torsdag	Kl. 10.00 Kl. 10.00	Herregruppe Damehygge	3. Sal Daghjem
12.	Fredag	Kl. 10.00	Fredagscafe	Daghjem
15.	Mandag	Kl. 10.00 Kl. 10.00	Læsegruppe Besøgshund	Møllehaven stuen Haven
16.	Tirsdag	Kl. 10.00	Sanglærkerne	Gymnastiksalen 2. sal
17.	Onsdag	Kl. 15.30 Kl. 10.15	Musik og sang Stol på motion	Damhuset Gymnastiksalen
18.	Torsdag	Kr. himmelfartsdag		
19.	Fredag	Kl. 10.00	Besøg af motorcyklister	Haven Vi spiser alle udenfor
22.	Mandag	Kl. 10.00 Kl. 10.00	Læsegruppe Bibliotek	Møllehaven stuen
23.	Tirsdag	Kl. 10.00	Sanglærkerne	Gymnastiksalen 2. sal
24.	Onsdag	Kl. 10.00	Mølleparkens Musikfestival	Haven
25.	Torsdag	Kl. 10.00 Kl. 10.00	Herregruppe Damehygge	Gymnastiksal Daghjem
26.	Fredag	Kl. 10.00	Fredagscafe	Daghjem
29.	Mandag	2. pinsedag		
30.	Tirsdag	Kl. 10.00	Sanglærkerne	2. sal gymnastiksalen
31.	Onsdag	Kl. 10.15	Stol på motion	Gymnastiksalen 2. sal

Vil du spise med

Du har som pårørende mulighed for at deltage i måltiderne på Mølleparkens plejecenter. Der serveres morgenmad, middagsmad, kaffe/kage og aftensmad.

Bestilling af mad skal ske dagen før inden kl. 12.00.

Hvis du ønsker at spise med i weekenderne eller helligdagene skal bestillingen ske senest hverdagen inden kl.12.00 ved henvendelse til køkkenet på tlf: 27 90 62 84 eller 28 10 41 78

Morgenmad	25 kr.
Frokost (varm mad)	75 kr.
Aftensmad (smørrebrød)	35 kr.
Eftermiddagskage	5 kr.

Betaling sker via mobilpay til: 370256 noter navn



Madplan for MAJ 2023

			Hovedret:	Bi ret:
1	M		Kogt skinke med stuv. Kartofler, rødbede	Pandekager med syltetøj
2	T		Rødbede bøf, brunsovs, kartofler, salat	Æblegrød med mælk
3	O		Farsbrød m. stuvede ærter og gulerødder, kart.	Ymerkoldskål m. kammerjunker
4	T		Stegt flæsk, persillesovs, gulerødder, kartofler	Is med chokoladesovs
5	F		Paneret kyllingeindefile, paprikasovs, blomkålsbl. kartofler	Fersken med makronfløde
6	L		Gryderet med mango, broccoli, ris/kat,	Kold saftsuppe med flødeskum
7	S		Rullesteg med persille, skysovs, mormorsalat, kart.	Muldvarpeskud med flødeskum
8	M		Boller i karry, ris/kart, ærter	Sago saftsuppe med rosiner
9	T		Broccoligratin, smør, kartofler	Grønsagssuppe kødboller
10	O		Dildhaschis, gulerødder, kartofler	Chokoladebudding med cremesovs
11	T		Biksemad, bearnaise, rødbeder	Frisk frugt
12	F		Karbonade, brun sovs, rabarberkompot, kartofler	Rabarbergrød med mælk og fløde
13	L		Mousakka, salat	Kold hybensuppe m. cremefraiche
14	S		Ramsløg marineret kalkun, skysovs, broccoli, kart	Kvarkfromage med hindbærsovs
15	M		Frikadeller, stuvet spidskål, kartofler	Gulerodssuppe med cremefraiche
16	T		Fiskefilet, persillesovs, råkost, kartofler	Cremesuppe m. ristet havregryn
17	O		Tomatsuppe med kødboller og flute	Jordbær koldskål med kammerjunker
18	T		Sprængt nakkefile, lyssovs, broccoli, kart.	Bondepige med slør
19	F		Grillpølser, kartoffelsalat, salat	Tricolore is
20	L		Overraskelse	Jordbærgrød m. mælk og fløde
21	S		Kalvesteg, skysovs, gl. Davs hvidkål, kartofler	Rejecocktail med dressing
22	M		Karry/gulerods frikadeller, syltet rødkål, brasede kart.	Frugtsalat med frisk frugt
23	T		Millionbøf med mos, råkost	Rødgrød med fløde
24	O		Festival	
25	T		Farsbrød med peberrod, brun sovs, blomkål, kart	Henkogt pære med creme
26	F		Kogt skinke, stuvet spinat, kartofler	Solbærsuppe med vanilje cremefraiche
27	L		Stegte kyllingeoverlår, pastasalat, brun sovs, ærter, kart	Vanilje koldskål med kammerjunkere
28	S		Indbagt mørbrad, brunsovs, grøntsagsbl. Kart.	Mandelbudding med saftsovs
29	M		Hamburgerryg, aspargessovs, karotter, kartofler	Forårsdessert
30	T		Dampet torsk, sennepssovs, ærter, kartofler	Risengrød, kanel+ sukker, saft, smør
31	O		Flækesteg, brunsovs, rødkål, kartofler	Abrikosttrifli

Ret til ændringer forbeholdes.

