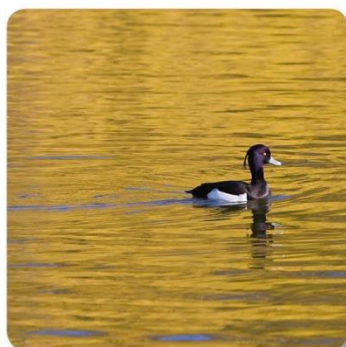


Plejecenter Mølleparken

Husavis maj 2025



Indholdsfortegnelse

Indslag fra plejecenterleder	side 3
Temadag for de frivillige	side 4
Påskefrokost	side 5
Forberedelse til påskefrokost	side 6
Svaneparret i Mølledammen	side 7
Musikfestival	side 8
Aktivitetsplan for maj	side 9
Madplan for maj	side 10
Invitation til Sankt Hans	side 11
Udflugt til Højer	side 12
Foredrag om spækhuggere	Side 13
Spil i Orangeriet	Side 14
Børnehavebesøg	Side 15
Dagplejebørn	Side 16
Afslutning med elever	Side 17
Bruger- og pårørenderådet	Side 18
Vil du spise med	Side 19

Indslag fra Plejecenterlederen

Nu går vi ind i den sidste forårs måned i 2025.

Maj måned er en travl måned her på Plejecenter Mølleparken. Vi har rigtig mange aktiviteter i haven både planteaktiviteter, sang og motorcykler.

Vi holder også vores store Musikfestival d. 21. maj. Se mere information om tilmelding i denne Husavis.

I april har vi holdt påske og det er blevet gjort med maner. Der har været så hyggeligt pyntet op og påskeharen har været forbi med påskeæg.

De frivillige har igen i år været rundt med påskeæg til alle beboere. Mange tusind tak for det skal lyde til Mølleparkens Frivillige fra alle beboere her på plejecentret.

Vi har afholdt nogle hyggelige påskefrokoster hvor snakken gik i timevis og maden den bare var super lækker.

Flere og flere af vores faste aktiviteter er her i april måned begyndt at trække udendørs og i maj vil de fleste af vores aktiviteter foregå udenfor så længe vejret og aktiviteten tillader det.

Her i maj begynder vi som sagt på at gøre haven klar med sommerblomster og krukker. Der vil være formiddage hvor alle kan komme og deltage i det hyggelige arbejde med at "sætte kulør" på haven.

Vi er også i fuld gang med forberedelser til den store musikfestival. Der planlægges og kreeres skilte, bannere og andet pynt, som skal bruges på festivalpladsen. Vi glæder os alle til d. 21. maj.

I denne udgave af husavisen er der også et opslag om vores Sankthans fest i juni. I opslaget kan man læse hvordan man tilmelder sig til denne fest.

Plejecenterleder
Mie Märcher Russell



Temadag for Mølleparkens Frivillige

En gang om året afholdes der temadag for vores frivillige. Temadagen tager altid afsæt i relevante emner

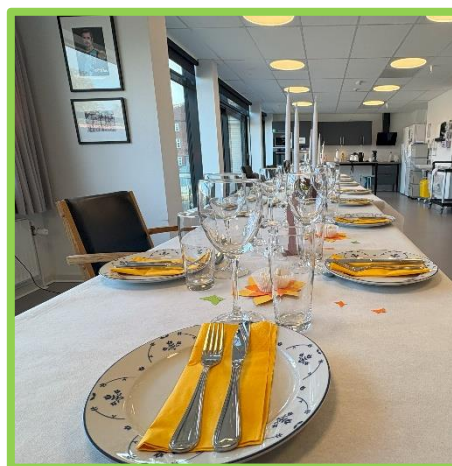
I år var vi her på Mølleparken og hørte et spændende oplæg om diabetes. Efter frokost kørte vi til hjælpemiddeldepotet (living lab.) hvor vi fik en rundvisning og kunne se alt hvad der findes af tilbud om hjælpemidler.

Eftermiddagskaffen og evalueringen af dagen foregik i en shelter ved Kær.



Påskefrokost

Vores påskefrokost var igen i år rigtig hyggeligt – alle havde det rart og maden var bare så god. Snakken gik lystigt og alle nød at være "i byen".



Forberedelse til påskefrokost

I køkkenet var der travlhed med at producere maden til påskefrokosten.

Vi er så heldige, at alt mad bliver lavet fra bunden, og så smager det himmelsk.



Svaneparret i Mølledammen

Svanemor og svanefar har bygget en fin rede i sivene ved Mølledammen. Den ligger ikke så godt i skjul i år, da kommunen har klippet sivene godt ned. Vi har efterhånden fulgt svaneparret i mange år – når svaner først finder sig en mage er de monogame og holder sammen hele livet.



Svanefar patruljerer som tidligere år omkring søen. Jager uvedkommende væk og passer godt på svanemor – der ligger så fint på sin rede.

Vi venter spændt på hvor mange unger der kommer.

Faktaboks

Svaner vejer mellem 8-10 kg.
Svaner har et vingefang på
omkring 208-238 meter
Svanemor ruger ca. 34-38 dage



Mølleparkens musikfestival

21. maj 2025 kl. 10 - 15

Årets program

Orange scene

10.15 - 11.00 - Jazz

12.30 - 13.15 - Polle og Anna

14.15 - 15.00 - Sonny Poulsen

Grøn scene

11.15 - 11.45 - Michael Vogensen

13.15 - 14.00 - Basse og Solveig

15.00 - Tak for idag

11.45 - 12.30
Pause - Musikskolen

Husk tilmelding

Gæster er velkommen

Billetpris: 150 kr. inkl. mad og drikke

Konferencier: overraskelse

**Betaling kan kun ske over Mobilepay
til nummer: 370256**

husk at notere navn og festival ved betaling

Frist for tilmelding: d. 9.5.2025



Aktivitetsplan for Maj

1.	Torsdag	Kl. 10.00	Babysalmesang	Gymnastiksalen 2.sal
		Kl. 10.00	Herregruppe	I haven
2.	Fredag	Kl. 10.00	Café	Daghjem
5.	Mandag	Kl. 10.00	Læsegruppe	Møllehaven Stuen
		Kl. 10.00	Besøgshund	Bo enhederne
6.	Tirsdag	KL.10.00	Fællessang	3.sal
7.	Onsdag	KL.10.15	Stol på motion	Gymnastiksalen 2. sal
		KL.10.00	Udeliv	Haven
8.	Torsdag	KL. 10.00	Foredrag om IT-kriminalitet	3. sal
9.	Fredag	KL.10.00	Café	Daghjem
12.	Mandag	KL. 10.00	Læsegruppe	Møllehaven stuen
13.	Tirsdag	KL. 10.00	Kor	Gymnastiksalen 2.sal
14.	Onsdag	KL. 10.15	Stol på motion	Gymnastiksalen 2.sal
		KL 10.00	Udeliv	Haven
15.	Torsdag	KL. 10.00	Herregruppe	Haven
		KL. 10.00	Damegruppe	Daghjem
16.	Fredag	KL. 10.00	Café	Daghjem
19.	Mandag	KL. 10.00	Læsegruppe	Møllehaven stuen
		Kl. 10.00	Besøgshund	Bo enhederne
20.	Tirsdag	KL.10.00	Kor	Gymnastiksalen
21.	Onsdag	Kl. 10- 15	Musikfestival	Haven
22.	Torsdag	Kl. 10	Rydde op efter festival	Haven
23.	Fredag	KL. 10.00	Café	Daghjem
26.	Mandag	Kl. 10.00	Læsegruppe	Møllehaven stuen
27.	Tirsdag	KL. 10.00	Kor	Gymnastiksalen
28.	Onsdag	Kl. 10.15	Stol på motion	Gymnastiksalen
		KL. 10.00	Udeliv	Haven
29.	Torsdag	Ingen aktivitet	Kristi Himmelfartsdag	
30.	Fredag	KL.10.00	Besøg af Motorcykler + grill i haven kl. 13	

Ændringer kan forekomme

Madplan for MAJ 2025					
			Hovedret:	Bi ret:	
1	T		Frikadeller, brunsovs, rødkål, kartofler	Pandekager med syltetøj	
2	F		Rødbede bœf, brunsovs, kartofler, salat	Brødbudding, saftsovs	
3	L		Gryderet, broccoli, ris/kat,	Ymerkoldskål m. kammerjunker	
4	S		Rullesteg med persille, skysovs, mormorsalat, kart	Muldvarpeskud med flødeskum	
5	M		Biksemad, bearnaise, rødbeder	Chokoladeis med vafler	
6	T		Stegt flæsk, persillesovs, gulerødder, kartofler	Fersken med makronfløde	
7	O		Grillpølser, kartoffelsalat	Is	
8	T		Boller i karry, ris/kart, ærter	Sago saftsuppe med rosiner	
9	F		Paneret kyllingeindefile, paprikasovs, blomkålsbl. kartofler	Chokoladebudding med cremesovs	
10	L		Millionbœf med mos, råkost	Jordbærgrød med mælk og fløde	
11	S		Kalvesteg, skysovs, gl. Davs hvidkål, kartofler	Forårsdessert	
12	M		Mousakka, salat	Kold hybensuppe m. cremefraiche	
13	T		Overraskelse	Overraskelse	
14	O		Medister, stuvet spidskål, kartofler	Frisk frugt	
15	T		Tomatsuppe med kødboller og flute	Æblegrød med mælk	
16	F		Fisk, persillesovs, råkost, kartofler	Cremesuppe m. ristet havregryn	
17	L		Grønsagsgryderet, mos, surt	Frugtsalat	
18	S		Flækesteg, brunsovs, rødkål, kartofler	Ananas islagkage	
19	M		Farsbrød med peberrod, brun sovs, blomkål, kart.	Vaniljekoldskål med kammerjunker	
20	T		Kogt skinke, stuvet spinat, kartofler	Abrikostrifli	
21	O		Festival		
22	T		Karbonade, brun sovs, rabarberkompot, kart.	Rabarbergrød med mælk og fløde	
23	F		Broccoligratin, smør, kartofler	Grønsagssuppe kødboller	
24	L		Chili sin carne, mos, rødbeder	Solbærsuppe med vanilje cremefraiche	
25	S		Ramsløg marineret kalkunbryst, skysovs, grønsagsbl. kart	Rejecocktail med dressing	
26	M		Dampet torsk, sennepssovs, ærter, kartofler	Sagovælling, kanel+sukker	
27	T		Overraskelse		
28	O		Karry/gulerods frikadeller, purløgss dressing, syltet rødkål, brasede kart.	Jordbærgrød med mælk og fløde	
29	T		Sprængt nakkefile, lyssovs, broccoli, kart	Bondepige med slør	
30	F		Grillpølser, kartoffelsalat	Is	
31	L		Lasagne med salat	Kiwi/stikkelsbærgrød med mælk	

Ret til ændringer forbeholdes.



Invitation til Sankt Hans

Torsdag den 19. juni 2025

Kl. 17.00

fejrer vi Sankt Hans aften på Plejecenter
Mølleparken.

Beboere, pårørende, frivillige og personale er
inviteret.

Det koster kr. 155,00 for pårørende at deltage.
Beløbet betales via MobilePay til 370256

Pårørende og personale som ikke er på arbejde
denne aften, skal tilmelde sig til Betina på
kontoret senest onsdag den 11.6.2025 på
telefon 27 90 62 76 eller mail

bebs@sonderborg.dk

Tilmeldingen er først bindende ved betaling.

Udflugt til Højer

Onsdag d. 23/4 var vi 7 personer der tog afsted på udflugt til Højer. Vi kørte en fin tur via Møgeltønder.

På turen var vi heldige at se en stor flok bramgæs lande og græsse på en mark. Vi så også mange andre vadefugle og selvfølgelig de små kære lam der sammen med de voksne får gik på markerne langs de små veje.

Vores lækre madpakker som køkkenkollegerne havde smurt spiste vi ved diget, som vi sad der brød solen rigtig frem og der var rigtig svært at løsrive sig og vende snuden hjemad - det var SÅ dejligt. Nogle fik også en lille lur-

På hjemvejen snuppede vi lige en lille is.



Foredrag om spækhuggere

Igen i år i forbindelse med Forskningens døgn har vi været heldige at få tilbudt et foredrag der hedder:

Redningsforsøg på spækhuggeren i Limfjorden 2021 + 2022.

Foredragsholderen er:

Aage K. O. Alstrup

Lektor, Specialdyrlæge i Forsøgsdyrsmedicin, ph.d, dr.med.vet.

Selvom vi har hørt det før syntes alle at det var utroligt spændende og alle var dybt optaget.



Spil i Orangeriet

Mohammad vores aktivitetsspire havde arrangeret bordcurling turnering i vores Orangeri.

Tonerne gik lidt højt , indtil spændingen og beskyldningerne om snyd og bedrag var fejlet af bordet.

Men ikke desto mindre var alle med på, at der skal være en konkurrence i næste uge.

Curling er et spil, hvor 2 hold dyster med en slags kegler. Der er en farve på keglerne til hvert hold og 6 kegler til hvert hold. Man skal forsøge at ramme et markeret felt i den ene ende af banen, gerne så tæt på centrum, som muligt. Det hold der vinder, er dem, der har de fleste kegler omkring markeringen.



Børnehavesøg

Børnehavebørnene fra den internationale børnehave på Engelhøjsgade var på besøg i vores have, hvor de søgte i hele haven efter alt det fine påskepynt Damegruppen havde lavet.

Bagefter såede vi solsikkefrø og lavendelfrø som vi nu kan se spirer.

Børnene fik pynt med hjem og nogle af de såede frø.

Nu er vi spændte på at høre næste gang de kommer om de også er spiret hos dem.

Sa børnene havde sået frøene fik de til opgave at vælge en af Borgerne og give den en lille æske med frø som de så skulle passe, det var rigtigt fint at se børnene give æsken til Borgerne der så selvfølgelig takkede rigtig mange gange.



Dagplejebørn

Damegruppen havde besøg af Dorte og hendes skønne dagplejebørn, de legede med duplo, bolde og den store giraf.

Åhh ja alle vi voksne var helt solgt over de søde små poder.
Heldigvis kommer de snart igen.



Afslutning med elever

Vores super dygtige elever afsluttede deres praktik her i uge 18.

Der blev arrangeret bål i haven af eleverne, hvor rigtig mange var med til at lave snobrød.

Vi har haft rigtig meget aktivitet sammen med eleverne og det har vi nydt.

Snart er der nye elever og det bliver igen dejligt at skulle lære dem at kende og lave aktiviteter sammen.



Bruger- og pårørenderåd Plejecenter Mølleparken

Beboer repræsentanter

Erna Thøgersen,	Møllehaven 1. sal - lejl. 15
Ilse Pedersen,	Møllehaven 1. sal - lejl. 29
Karen M. Sønnichsen	Møllehaven st. - lejl. 16
Christian Høj Lauridsen	Damhuset - lejl. 25
Lene P. Johansen	Damhuset - lejl. 41

Pårørende repræsentanter

- Michael Kock – michael@kock.org
Pårørende Damhuset
- Mogens Frederiksen
Pårørende Møllehaven stuen
- Trine Hulgaard Dohrmann triogthom@gmail.com
Pårørende Damhuset

Repræsentant for de frivillige

- Lis Arnold
Tlf.: 51 28 24 16 Mail: lisses1@gmail.com

Medarbejder Repræsentanter

- Helle Zindorff , (Møllehaven)
Mail: hhss@sonderborg.dk
- Hanne Aagaard, (Damhuset)
Mail: hkaa@sonderborg.dk
- Christel Michael Behnke daglig leder
Møllehaven stuen og Damhuset
Tlf.: 24 83 37 35 Mail: chbe@sonderborg.dk
- Susanne Hadberg Nielsen daglig leder
Møllehaven 1.sal
Tlf.: 27 90 67 94 Mail: ssnn@sonderborg.dk
- Susanne Jørgensen daglig leder køkken,
rengøring og daghjem
Tlf.: 28 10 41 78 Mail: sujo@sonderborg.dk

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 3 dage 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: 28 10 41 78 eller administrationen på tlf.: 27 90 62 76

Morgenmad	26 kr.
Frokost hovedret (varm mad)	63 kr.
Biret	15,52 kr.
Aftensmad (smørrebrød)	37 kr.
Eftermiddagskage	10 kr.

Betaling sker via mobilpay til: 370256 noter navn



