

Plejecenter Mølleparken

Husavis November 2024



Indholdsfortegnelse

Side 4	Indslag fra plejecenterlederen
Side 5	Sangeftermiddag
Side 6	Ud i det blå
Side 7	Tur gennem Nørreskoven
Side 8	Tur til Majslybyrinten
Side 9	Spirer til eftermiddagsaktiviteter
Side 10	Højtlesning
Side 11	Oktoberfest
Side 12	Julekoncert
Side 13	Herretur
Side 14	Tilmelding til julefrokost i afdelingerne
Side 15	Bestilling af risengrød
Side 16	Bestilling af julemad
Side 17	Læsegruppen på tur
Side 18	Hyggeaften kun for herrer
Side 19	Aktiviteter i november
Side 20	Madplan for november
Side 21-22	Bruger- og pårørenderådet på Plejecenter Mølleparken
Side 23	Vil du spise med



Indslag fra Plejecenterlederen

Her midt i efteråret hvor vi lige har stillet urene tilbage til vintertid og dagene er blevet mærkbart kortere er det tiden til at opholde sig mere inden døre.

Vi griber chancen så snart den byder sig med klart og tørt vejr for at få bare lidt af solens stråler i ansigtet og den friske kolde luft i lungerne.

Men nu er også tiden til at fordybe sig i sysler som hører årstiden til.

Vi bager og vi har henkøbt meget af gårdhavens frugt så vi kan nyde den hele vinteren.

Vi havde i oktober en rigtig hyggelig oktoberfest med dejlig mad og en dygtig sangerinde der kunne tage os alle med til Tyrol gennem musikken. Vi fik grint og sunget – det var en rigtig festdag.

Den 21. november holder vi åbent hus for naboer, børnehaven og samarbejdspartnere i lokalområdet. Alle er velkomne. Vi glæder os til denne eftermiddag hvor vi kan vise vores dejlige sted frem og gerne skal have hele gårdhaven lyst op med lanterner når dagen er omme. Der vil også være lidt godt til ganen. Læs mere om arrangementet i dette nummer af Husavisen.

Vi nærmer os også juleforberedelserne og jeg vil i den forbindelse gøre opmærksom på at det er tid til at tilmelde sig vores årlige julefrokost. Der er opslag med datoer og deadline her i Husavisen.

Den 27. november tager vi alle både borgere og personale i Frivillighedens Hus for at synge julen ind sammen med Trine Gadeberg. En dejlig tradition hvor vi tager hul på julestemningen sammen.

Mie Märcher Russell
Plejecenterleder



Sangeftermiddag

Hver onsdag eftermiddag har vi sangeftermiddag i Damhuset, hvor Calle og Joannes spiller for os.

Det er altid et tilløbsstykke borgerne elsker at høre musik og synge med



Ud i det blå

Vi tog cykelhjelmene på og kørte ud i det blå med solbriller på.

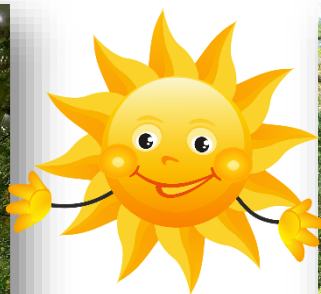
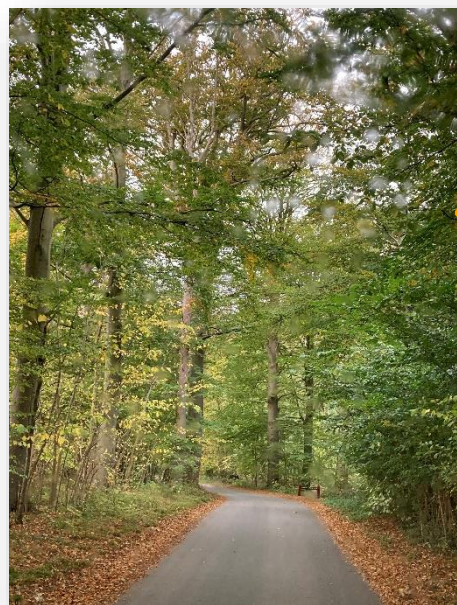
Vi nød en solrig oktoberdag – med en is på havnen



Tur gennem Nørreskoven

Vi har været en tur igennem Nørreskoven for at se efterårsfarverne. Vi blev snydt, da skoven stadig er flot grøn endnu. Til gengæld havde vi kaffe og kage med, den drak vi i bussen, da det småregnede, vi nød udsigten ved Kegnæs Drej.

Men vi håber farverne er der næste gang vi tager turen.



Tur til Majslabyrinten



Inde i
majslabyrinten
er der pyntet i
bedste
Halloween-stil
med både
skeletter,
græskar og
spindelvæv



Vi fik os
nogle gys og
nogle var
mere modige
end andre



Spirer til eftermiddagsaktiviteter

Så er vores 2 spirer startet i deres job.

De hedder henholdsvis Lawand og Shafi.

De er i huset om eftermiddagen, dog kun 2 dage om ugen, de skal nemlig også passe skolen.

De har nogle faste opgaver og så deltager de også i aktiviteterne.



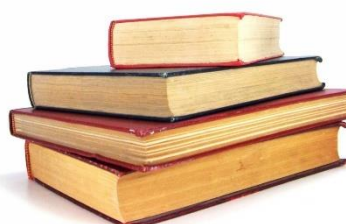
Højtlesning

Vi er til højtlesning med Anders Refshauge.

Han kommer som frivillig oplæser sideløbende med at han er vores præst.

Han læser gerne danske folkeeventyr, edet kan også være Sten Steensen Blicher eller andet.

Det er populært og hyggeligt.



Oktoberfest

Traditionen tro havde vi i oktober en rigtig hyggelig oktoberfest med tyrolermusik, wienersnitzel, dirndl dress og øl i krus. Desserten var bondepige med slør. Æblerne var plukket i gårdhaven, Tyrolermusikken blev sunget af Vibeke Hoby



Julekoncert



**I år afholdes julekoncerten med Trine Gadeberg,
i frivillighedens hus, den 27. november
kl. 14.00-17.00
Det er for beboer og personalet**



Herretur

Herretur til støvlen, hvor vi grillede ringridere. Endnu en dag hvor vi nød det gode efterårsvejr. Det er om at udnytte de fine dage i oktober inden det bliver koldt.



Julefrokost i afdelingerne



Menu:

**Marineret sild, karrysalat
Æg med rejer, mayonnaise citron**

Fiskefilet med remoulade og citron

**Lune frikadeller med gl. Hvidkål
Leverpostej, bacon, champignon, rødbeder**

Ris á la mande med kirsebærsovs

Kaffe

Der tilbydes snaps/vand/øl/vin og til kaffen er der Bailey



**Hver beboer må invitere 2
pårørende**

Pris for pårørende er Kr. 160,00

**Tilmelding samt betaling skal ske
på MobilPay 370256.**

Tilmeldingsfrist er den 25.11.2024

Damhuset	holder julefrokost den 10.12.2024 på 3. sal	kl. 11.30-15.00
Møllehaven 1. sal	holder julefrokost den 12.12.2024 på 3. sal	kl. 11.30-15.00
Møllehaven stuen	holder julefrokost den 11.12.2024 på 3. sal	kl. 11.30-15.00

Bestilling af risengrød

Juledag, den 24.12.2024

vil der blive serveret risengrød til middagsmad kl.12.00 for beboer og pårørende.

Pårørende skal tilmelde sig **senest tirsdag den 10.12.2024**

måltidet koster 30 kr.

Tilmelding samt betaling skal ske på MobilPay **370256**.



Bestilling af julemiddag

Juleaften, den 24.12.2024

vil der blive serveret julemiddag kl.18.00 for beboer og pårørende.

Pårørende skal tilmelde sig **senest tirsdag den 10.12.2024**

måltidet koster 160,00 kr.

Tilmelding samt betaling skal ske på MobilPay **370256**.



Læsegruppen på tur

Vi har i læsegruppen læst om Martin med fløjten og blev enige om, at tage på tur ned til havnen for at se skulpturen. Vi syntes godt vi kunne kende Martin ud fra beskrivelsen i bogen.



Omkring 1930 dukkede Martin op i Sønderborg og det blev starten på en ny tilværelse. Han levede af at være klunser og gik i starten rundt med et signalhorn, hvormed han meddelte at han nu kom rundt med sin vogn, for at indsamle brugte ting der kunne omsættes til værdi. Byens borgere blev trætte af at høre på signalhornet, så politiet fik overtalt Martin til at benytte en togfløjte i stedet – deraf navnet...

Martin mæ e ´ fløjt var kendt i gadebilledet af såvel børn som gamle. Han døde fattig, men respekteret for sin visdom og venlighed.

Hyggeaften kun for Herrer

Så er der dømt herrehygge – parisertoast og øl – ingen damer – ren hygge



Der blev snakket gamle motorcykler, snaps af forskellig slags, gamle biler, arbejdspladser, samlinger af mavebæltter fra cigarer o.s.v
En rigtig hyggelig aften.



Aktiviteter i november

1.	Fredag	10.00	Café besøg af sangere fra Sydals sangkor	Daghjem
4.	Mandag	10.00 10.00	Læsegruppe Besøgshund	Daghjem Bo enhederne
5.	Tirsdag	10.00	Kor	Gymnastiksalen
6.	Onsdag	10.15 10.00 16.00	Stol på motion Ude liv Sang og musik	Gymnastiksalen Haven Damhuset
7.	Torsdag	10.00 10.00	Herregruppe Damegruppe	Gymnastiksalen Daghjem
8.	Fredag	10.00	Café	Daghjem
11.	Mandag	10.00	Læsegruppe	Daghjem
12.	Tirsdag	10.00	Kor	Gymnastiksalen
13.	Onsdag	10.15 10.00 16.00	Stol på motion Ude liv Sang og musik	Gymnastiksalen Haven Damhuset
14.	Torsdag	10.00 10.00	Herregruppe Damegruppe	Gymnastiksalen Daghjem
15.	Fredag	10.00	Café	Daghjem
18.	Mandag	10.00 10.00	Læsegruppe Besøgshund	Daghjem Bo enhederne
19.	Tirsdag	10.00 10.00	Kor Besøg fra Børnehaven	Gymnastiksalen Gymnastiksalen
20.	Onsdag	10.15 16.00	Stol på motion Sang og musik	Gymnastiksalen Damhuset
21.	Torsdag	10.00 10.00 16.00	Herregruppe Damegruppe Åbent hus	Gymnastiksalen Daghjem Haven
22.	Fredag	10.00	Café	Daghjem
25.	Mandag	10.00	Læsegruppe	Daghjem
26.	Tirsdag	10.00	Kor	Gymnastiksalen
27.	Onsdag	10.15 14.30	Stol på motion Trine Gadeberg	Gymnastiksalen Frivillighedens hus
28.	Torsdag	10.00 10.00	Herregruppe Damegruppe	Gymnastiksalen Daghjem
29.	Fredag	10.00	Café	Daghjem

Madplan for November 2024

			Hovedret:	Bi-ret:
1	F		Kogt bacon, kålpølse, rødbede, kartofler	Gule ærter m. urter
2	L		Brændende kærlighed, mos, rødbede	Henkogt fersken med flødeskum
3	S		Flæskesteg, skysovs, rødkål, kartofler	Muldvarpeskud med fløde
4	M		Overraskelse	Overraskelse
5	T		Paneret stegt flæsk, kålrabimos, persillesovs	Hyldebærsuppe med ristet havregryn
6	O		Paneret nakkekotelet, brun sovs, rødkål, kart	Rødgrødgrød, mælk og fløde
7	T		Squash/gulerods frikadeller, lyssovs, kart.	Tomatsuppe med kødboller
8	F		Bøf m. løg, brun sovs, stegt spidskål, kartofler	Pandekager med syltetøj
9	L		Skrædderduelse, kartofler, rødbede	Gulerødsdessert
10	S		Andebryst, skysovs, rødkål, brune+hvide kartofler	Ris a 'la mande, kirsebærsovs
11	M		Frikadeller m. gammeldags hvidkål, brun sovs, kartofler.	Abrikosgrød, mælk og fløde
12	T		Skinkesteg med paprika og grønpeber, skysovs, blomkål, kartofler	Chokoladebudding med flødeskum
13	O		Fiskefilet, persillesovs, gulerod, kart.	Rismelsgrød, kanel+sukker
14	T		Gryderet, majsblanding, kartofler	Hybensuppe, cremefraiche
15	F		Stegt kalvelever, grøn kartoffelmos, brun sovs	Kakaosuppe med tvebakker
16	L		Kylling i karry, broccoli, kartofler	Sveskegrød, mælk
17	S		Kalvesteg, skysovs, Gl.dags hvidkål,	Moca fromage med flødeskum
18	M		Medister, brunsovs, rødkål, kartofler	Ananas med creme
19	T		Schnitzel, brasede kartofler, karotter, skysovs	Citronfromage med flødeskum
20	O		Karbonade, stuede ærter + gulerødder, kart.	Øllebrød med flødeskum
21	T		Kylling med bacon, skysovs, kartofler/rosti kartofler, hjemmelavet agurksalat,	Fløderand med jordbærsovs
22	F		Forloren hare, skysovs, rødkål, kartofler	Jordbærgrød med mælk
23	L		Glaseret skinke, flødekartofler, salat	Solbær/hindbærgrød - mælk
24	S		Gullasch, mos, rødbede	Pistacie/chokolade islagkage
25	M		Brun kål, rugbrød, rødbede	Frugtsalat
26	T		Aspargessuppe, kødboller og flute	Sago citronsuppe med rosiner
27	O		Boller i karry, ærter, ris/ kartofler	Pærer med makronfløde
28	T		Fiskefrikadeller, persillesovs, gulerødsråkost, kartofler	Cremesuppe med solbærsyltetøj
29	F		Biksemad, rødbede	Fersken/karry suppe
30	L		Millionbøf, ærter, mos	Budding, saftsovs

Bruger- pårørenderåd på Plejecenter Mølleparken

Beboerrepræsentanter:

Erna Thøgersen
Møllehaven 1. sal lejl. 15

Ilse Pedersen
Møllehaven 1. sal lejl. 29

Karen Margrethe Sønnichsen
Møllehaven stuen lejl. 16

Christian Høj Lauridsen
Damhuset lejl. 25

Kirsten Sadolin
Møllehaven stuen lejl. 14

Lene Johansen
Damhuset lejl. 41

Pårørenderepræsentanter:

Lothar Ingwersen – lothar@stofanet.dk

Mogens Frederiksen -

Trine Hulgård Dohrmann – trioqthom@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
stuen og Damhuset
chbe@sonderborg.dk



Susanne Ahrensberg
Daglig leder køkken
sujo@sonderborg.dk



Mie Märcher Russel
plejecenterleder og
sekretær for udvalget
mmru@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 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	26 kr.
Frokost hovedret (varm mad) Biret	61 kr. 15 kr.
Aftensmad (smørrebrød)	36 kr.
Eftermiddagskage	9 kr.

Betaling sker via mobilpay til: 370256 noter navn



