

Beboerbladet

ÆBLE-INFO

September 2024



Nyt fra Centerleder Maria

Kære Beboere og pårørende

Jeg håber I alle har nydt sommeren og de solskinstimer vi har haft i Danmark.



Sommerferieafvikling for personalet er ved at være slut, sommeren er generelt gået godt med dækning af vagter med vikarer og timelønnede 😊

Den 5. september har huset 27 års fødselsdag og det skal fejres med musik ude i husene.

Porten til den store have vil fremover også være lukket om dagen, af hensyn til sikkerhed. Alle beboere og pårørende har adgang til at komme ind og ud med deres brik via lågen ved porten. Dørene til glasgangen før porten er åben for brug, uden brik i dagtiden. Oplever I udfordringer med adgangsbrikken, så kan Teknisk Service hjælpe med at få åbnet brikken.

De små hushaver er i gang med en opdatering, hvor vi får luet ukrudt, fundet fliserne frem, fældet og skåret træer til, samt fjernet bede mv. Det er for at sikre vedligeholdelse af haverne fremadrettet, da det var groet meget vildt nogle steder samt at vi har haft rotter boende i bedene rundt omkring. Det vil være Teknisk Service der vil vedligeholde haverne, efter opdateringen.

Det er glædeligt at kunne meddele at vi har ansat 2 nye sygeplejersker i de ledige stillinger i afdeling 2 og 4.

Brugerpårørenderådet

Torsdag den 19/9 kl 15.30-17-00 i mødelokalet på 1. sal er der Bruger pårørenderåds møde.

Hvis der er beboere, der ønsker at deltage i Brugerpårørenderådet, vil det være **kærkomment!** Meget gerne repræsentation fra alle afdelinger, mød meget gerne op.

Med venlig hilsen

Centerleder Maria Rosenqvist



Særlige datoer i Æblehaven



Tillykke til:

D. 4. september Bjørn.....Hus 5

D. 4. september John.....Hus 14

D. 4. september Kristiane...Hus 5

D. 10. september Inger.....Hus 1

D. 10. september Lissi.....Hus 4

D. 12. september Johan....Hus 16

D. 17. september Tim.....Hus 9

D. 28. september Grethe...Hus 12



Velkommen til Æblehaven

Eva.....Hus 3

Saad.....Hus 16

Shokriya...Hus 12

Et sidste farvel

Niels...Hus 5

Razia...Hus 4

Ellen....Hus 8



Idrætscenteret Æblehaven

Hurra nu er det et år siden Æblehaven blev Idrætscenteret.

I det forgangne år har vi virkelig haft gang i mange bevægelses aktiviteter, Som har budt på bevægelse i mange afskygninger.

Dette er til stor glæde for rigtig mange.

En stor tak til de frivillige der trofast møder op og støtter op om aktiviteterne.



Sommerspil i haven med is

Solen kigger frem, og kasketterne kommer på, da der åbnes for legene i haven. Vand og saft bliver drukket i spandervis, og smilet kommer frem, da isen kommer på bordet. En hyggelig dag bliver brugt i samvær med alle Æblehavens beboere. Flere der ikke har



snakket sammen før, finder hinanden og deler alle de gode detaljer fra deres liv.

Beboerne er delt op i haven, hvor nogle elsker skyggen under pergolaen, og andre ikke kan få nok af solen. I solen var de forreste pladser til legene. Kørestol eller rollator forhindrer ikke beboerne i at være med til legene. Flere er glade for bare at være med, mens andre virkelig gerne vil have store point.

Da pausen kommer, skrues der op for musikken, og nogle af sangene kan der synges med på. Vi slutter af med en dans, nogle grin og sjove historier.



**BEVÆG
DIG FOR
LIVET**



**BEVÆG
DIG FOR
LIVET**

Sportsbar

I anledning af Tour de France og Jonas Vingegaard, som har vundet Tour de France to gange i træk, er der linet op med gule servietter, som symboliserer førertrøjen, og rødt og hvidt som vores danske flag. Baren er åben!

Spørgsmål omkring Tour de France ligger på bordene og skaber cykelstemning, og da drinksne kommer på bordet stiger stemningen endnu en takt. Den ene sjove kommentar efter den anden langes ud, mens svarene læses højt. Til sidst har vi en vinder i Hans-Jørgen og hans Kone, Bente, som svarer rigtigt på samtlige spørgsmål og vinder en æske chokolade. Så hvis I vil vide noget omkring Tour de France, så kan I bare spørge dem eller få en hyggelig sludder.



Æblehavens beboere cykler Tour de France i uge 28

Alle cyklerne var sat op i aulaen og klar til start. Storskærmen var sat op, så vi kunne følge de professionelle cykelryttere, mens beboerne cyklede.

Afdeling 2-3-4 konkurrerede mod hinanden. Rigtig mange beboere mødte op hver dag mellem kl 10 og 12.

Tiden for hver beboer blev skrevet ned, så vi hver dag kunne følge hvilken afdeling der førte på tid.

Afsløringen af Tour de France blev afgjort ved fælles bankospillet og vinder var afdeling 2. Gevinsten var kondivand og vandmeloner.

Tak til alle for indsatsen.



Vinderen af Tour de France i Æblehaven



En stor tak til alle personaler, som trofast hver dag har hjulpet beboerne ned og cykle. Aktivitets enheden siger tak for opbakningen.

**BEVÆG
DIG FOR
LIVET**



Som optakt til EM i fodbold, så vi filmen Sommeren 92.



Cykelløb på stor skærm i aulaen



Vinderene af Tour de France ruten i haven!

Torsdag d. 25. juli skulle de 2 vindere af vores rute afsløres ved lodtrækning. Alle 13 spørgsmål var rigtige og det blev Lars hus 3 og John hus 2 der blev de heldige vindere af vin og chokolade. Alle der mødte op fik øl/sodavand og is. Det blev en dejlig solskinseftermiddag i rosenhaven i godt selskab. Tillykke til begge vindere.



4 generationer gennemførte tour de Æblehaven

D. 10 juli deltog 4 generationer i Æblehavens arrangement "Tour de France". Holdet bestod af oldemor Inge, datter Jannie, barnebarn Stine og oldebarn William på 1 ½ år. Æblehaven havde sat 13 skilte op rundt i deres have med spørgsmål om Tour de France".

Vi nød alle at være ude i haven. Der var god mulighed for at familiens næst mindste kunne køre rundt på sin gå scooter mens at oldemor kiggede efter hvor han nu var henne. Vi havde lavet det som vores egen lille familie "tour". Alle fik til sidst en medalje og lille præmie.



Dagens hurtigste: William der både kørte på scooteren og løb rundt i haven.

Dagens observatør: Oldemor der holdte øje med os alle og ikke mindst William der havde fart på ude i haven.

Dagens sprinter: Stine der konstant var i fart efter sin søn William.

William syntes det var en fantastisk have at køre, løbe og gå rundt i.

Vi gennemførte alle sammen "Tour de France" i solskin og i styrtende regn. Vi har virkelig hygget os og var glade for det gode initiativ Æblehaven havde lavet og som vi brugte til et lille familie arrangement.

Vi sluttede dagen af med at spise frokost inde hos Inge.



Æblehavens OL 2024.

Da vi i Æblehaven bruger alle muligheder for at dyrke motion og sport, er OL jo oplagt at få på sommerens

program. Dette er ikke noget nyt, men noget der er prøvet flere gange til stor glæde for beboerne.

Vi var heldige med vejret, da solen skinnede fra en skyfri himmel.

Men først skulle vores national sang synges mens Dannebrog gik til tops.

I år havde vi udvalgt 5 discipliner man kunne afprøve.

Der skulle trækkes en vinder i alle 5. Der var flotte medaljer, hurra råb og klapsalver til de heldige.





Efter alle de hårde kampe var der kolde drikke og chips til alle. Vores rosenhave var fyldt godt op med alle de glade deltagere, frivillige, pårørende og personale.

**BEVÆG
DIG FOR
LIVET**





Oplevelser fra en cykeltur med piloten Joe.

Her i Æblehaven har beboerne nydt godt af at cykelpiloten Joe har kørt ture hele sommeren.



Det er blevet til mange dejlige ture rundt i lokalområdet. Der er god tid til at få snakket om alt mellem himmel og jord på sådan en tur.

Joe startede op som vikar for vores faste cykel pilot Bent, da han havde brug for en længere pause, meldte Joe sig som frivillig.

Beboerne vælger selv om de vil til vandet, i skoven eller et helt andet sted hen. Turene varer ca. 1 time.

I Æblehaven er vi meget glade for at beboerne har den mulighed for at komme ud. Nu ønsker vi bare at der bliver råd til en cykel med lad, hvor der kan komme kørestole op på, så at alle kan komme ud og opleve en cykeltur i lokalområdet.



Pårørendegruppe

Kære pårørende

Du/I inviteres til, at deltage i pårørendegruppe for voksne børn og ægtefælle til borgere på Æblehaven.

Mødested:

Frokoststuen på førstesal i Æblehaven

Guldborgvej 6, 2660 Brøndby Strand.



Indhold:

Når et menneske får en demenssygdom, påvirker det hele familien.

Mange ting ændres, og ofte kan man som pårørende føle, at man kommer til at stå alene med mange problemstillinger.

Erfaringen viser, at viden og støtte er gode redskaber til at klare de undertiden vanskelige situationer og forandringer en demenssygdom medfører.

Formålet med gruppen

At give dig/jer mulighed for at mødes med andre pårørende, få ny viden og udveksle erfaringer med ligestillede. Deltagernes ønsker og behov er styrende for gruppens arbejde med støtte fra demenskonsulenten.

Forløb

Vi mødes en gang om måneden om eftermiddagen, tovholder er demenskonsulenten

– man forpligter sig ikke til at komme hver gang.

Gruppen vil bestå af max.8 deltagere, er der behov oprettes der flere grupper.

Hver gang mødes vi til hyggelig samvær og der vil blive taget emner op. Der er tavshedspligt således, at det der bliver talt om ikke kommer uden for gruppen.

Med venlig hilsen

Jane Meinert, Demenskonsulent, Mobil: 29299623

Mail: jmi@brondby.dk

Pårørendegruppe - kommende emner:



- At være pårørende på plejecenter og samtalen.
- Erfaringsudveksling gruppemedlemmerne imellem.
- Juridiske forhold, fremtidsfuldmagt, værgemål m.m.

Tirsdag den 24-9 2024 kl. 15.30 til 17: Velkommen til Æblehaven, vi fortæller om vores værdier, visioner, rammer, arbejdsmetode og vilkår m.m.

Tirsdag den 15-10 2024 kl. 15.30 til 17: Der gives viden om demenssygdomme, hvordan den udvikler sig og hvilke vanskeligheder der kan være i hverdagen både for den sygdomsramte og som pårørende.

Tirsdag den 26-11 2024 kl. 15.30 til 17: At se det hele menneske. Der fortælles om hvilke faktorer der har indflydelse på den adfærdændring der sker og hvordan personale arbejder med bl.a. livshistorien.

Tirsdag den 14-1 2025 kl 15.30 til 17: Nye måder at være sammen på og kommunikation med din kære som kan være svær. I forbindelse med vores møde denne dag vil jeg komme med information om vanskeligheder i kommunikationen og samværet som følge af demens eller en svær sygdom og gode råd.

Tirsdag den 11-2 2025 kl 15.30 til 17: At handle på en andens vegne & Den sidste tid. Hvad sker der, hvordan lindrer man smerte og hvad kan jeg gøre som pårørende.

Torsdag den 13-3 2025 kl 15.30 til 17: At være pårørende. Hvilke følelsesmæssige reaktioner der er som pårørende. Få indsigt og redskaber til at drage omsorg også for sig selv.

For tilmelding Kontakt: Jane Meinert

Det sker i september





Tirsdag d.3.september

får vi musikalsk besøg i Aulaen

kl.14.00 – 16.00

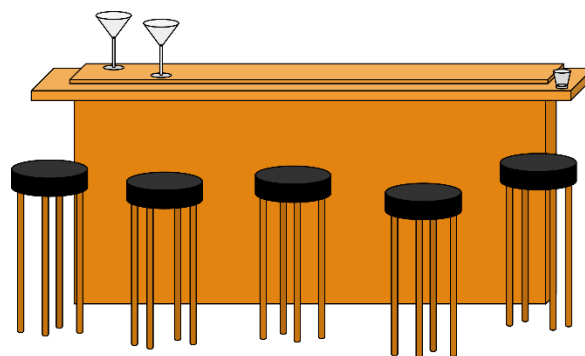
af Judy Glsted.



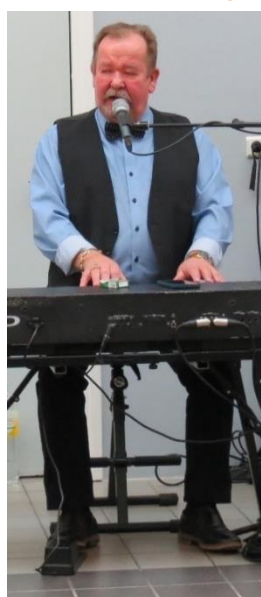
  Fødselsdag d. 5. september i husene
  med musik. Se opslag.

Høstbar i Aulaen torsdag
d. 12. september

kl.14.00 – 16.00.



Høstfest i Aulaen med musik og sang

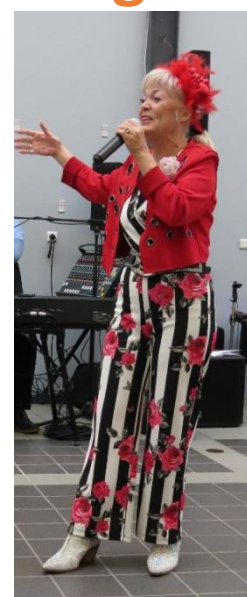


D.17.september for afd.2.

D.18.september for afd.3

D.19 september for afd.4

**Se opslag med tilmelding
i husene.**



Gudstjeneste



i mødelokalet 1. sal

tirsdag den

24.september

kl.14.00 – 16.00

**Pårørende er velkommen
til at deltage.**

Fælles bankospil i Aulaen.

Torsdag d.26

september

kl.14.00 – 16.00.

Vi har fine gevinster.

Pårørende er velkommen som hjælp.

Pris 25 kr. for 2 plader



Gudstjenester efterår 2024

- Tirsdag d.24 september i Æblehaven. Præst Elisabeth.
- Tirsdag d.22.oktober i Æblehaven. Præst Peter.
- Tirsdag d.26. november i Æblehaven. Præst Michael.
- Tirsdag d.10. december julegudstjeneste
I Kirken. Præst Michael.



Husk, at hvis du har lyst til en fortrolig samtale med en af præsterne, kan du altid ringe eller bede personalet om at hjælpe dig med at gøre det. Nogle gange har man bare brug for at der er en der lytter, til de ting i livet der kan være svære at tale om.

Uge 36 Aktiviteter i september måned			
Mandag	2.september	Stående gymnastik	10:00-11:00
		Siddende gymnastik	11:00-12:00
Tirsdag	3.september	Fælles aktivitet og bevægelse i husene	10:00-12:30
		Underholdning i Aulaen Judy Glosted.	14:00-16:00
Onsdag	4.september	Aktiviteter i husene	10:00-12:30
		social akt. I afd.2	14:00-16:00
Torsdag	5.september	Fødselsdag i husene med musik	12.30-15.00
Fredag	6.september	Stående gymnastik	10.00-11.00
		Siddende gymnastik	11:00-12:00
Uge 37			
Mandag	9.september	Stående gymnastik	10.00-11.00
		Siddende gymnastik	11:00-12:00
		Social gruppe i Aulaen	14:00-15:30
Tirsdag	10.september	Fælles aktivitet og bevægelse i husene	10:00-12:30
		Social akt. I afd.3	14:00-16:00
Onsdag	11.september	Fælles aktivitet og bevægelse i husene	10:00-12:30
		Social akt. i afd.4	14:00-16:00
Torsdag	12.september	Fælles aktivitet og bevægelse i husene	10:00-12:30
		Høstbar i Aulaen med musik	14:00-16:00
Fredag	13.september	Stående gymnastik	10.00-11.00
		Siddende gymnastik	11:00-12:00
Uge 38			
Mandag	16.september	Stående gymnastik	10.00-11.00
		Siddende gymnastik	11:00-12:00
Tirsdag	17.september	Høstfest for afd.2 i Aulaen med musik	12:30-15:00
Onsdag	18.september	Høstfest for afd.3 i Aulaen med musik	12:30-15:00
Torsdag	19.september	Høstfest for afd.4 i Aulaen med musik	12:30-15:00
Fredag	20.september	Gymnastik aflyst. Oprydning efter fest	
Uge 39			
Mandag	23.september	Stående gymnastik	10.00-11.00
		Siddende gymnastik	11:00-12:00
		Social gruppe i aulaen	14:00-15:30
Tirsdag	24.september	Fælles aktivitet og bevægelse i husene	10:00-12:00
		Gudstjeneste 1.sal	14:00-16:00
Onsdag	25.september	Fælles aktivitet og bevægelse i husene	10:00-12:30
		Social akt. I afd.2	14:00-16:00
Torsdag	26.september	Fælles aktivitet og bevægelse i husene	10:00-12:30
		Bankospil i Aulaen for alle	14:00-16:00
Fredag	27.september	Stående gymnastik	10.00-11.00
		Siddende gymnastik	11:00-12:00
Uge 40			
Mandag	30.september	Stående gymnastik	10.00-11.00
		Siddende gymnastik	11:00-12:00
		Social gruppe i Aulaen	14:00-15:30

SEPTEMBER 2024

KOSTPLAN Beboere

Søndag	1	Nakkesteg m/svesker, skysovs, kartofler, rødkålsråkost	Kvarkdessert m/ mandarin, chokolade
Mandag	2	Frikadelle m/ stuvet hvidkål, kartofler, rødbeder	Skovbærgrød m/ fløde
Tirsdag	3	Chilli cin carne m/ løse ris, salat m/ tomat	Bananasplit m/ flødeskum(banan, is,
Onsdag	4	Bagt fisk m/ pesto, dildsovs, kartofler, broccoli	Æble-abrikossuppe m/ tvebakker
Torsdag	5	Fødselsdags menu i husene	
Fredag	6	Stegt lever m/ bløde løg, skysovs, kartofler, rødbedesalat	Kartoffel-porresuppe m/ bacon crisp
Lørdag	7	Kalvefrikasse m/ kartofler	Brownie m/ vanilje is, frugt
Søndag	8	Hamburgerryg m/ dijonsovs, kartofler, bønnesalat	Gammeldag æblekage m/
Mandag	9	Forloren hare m/ vildtsovs, kartofler, rødkål	Stikkelsbærgrød m/ fløde
Tirsdag	10	Æggekage m/ bacon, tomat, purløg, rugbrød	Hindbærroulade m/ flødeskum
Onsdag	11	Blomkålskarry m/ kartofler, salat m/ blegselleri, peberfrugt	Pandekage m/ solbærsyltetøj
Torsdag	12	Fiskefrikadelle m/ citron-dildsovs, kartofler, gulerod	Klar suppe m/ urter, kød & melboller
Fredag	13	Stegt medister m/ stuvet spinat, brunede kartofler	Lun hybensuppe m/ flødeskum
Lørdag	14	Gullasch m/ kartoffelmos, rødbeder	Budding m/ kirsebærsovs
Søndag	15	Stegt kylling m/ skysovs, kartofler, salat m/ flødedressing	Citronfromage m/ pynt

SEPTEMBER 2024

KOSTPLAN Beboere

Mandag	16	Wienerpølser m/ varm kartoffelsalat, sennep, ketchup	Jordbærgrød m/ fløde
Tirsdag	17	Skinkeschnitzel m/ bearnaisesovs, kartofler, ærter	Frugtcocktail m/ råcreme
Onsdag	18	Stegt fisk m/ persillesovs, kartofler, gulerodsråkost	Sveskegrød med fløde
Torsdag	19	Kødsovs m/ pasta, blomkålssalat	Gulerodssuppe
Fredag	20	Grøntsags frikadeller m/ flødestuvet gulerod, kartofler	Æblesuppe m/ tvebakker
Lørdag	21	Kyllingebryst i tomatsovs, løse ris, bønner	Vanilje & chokolade is m/ vafler
Søndag	22	Flæskesteg m/ skysovs, kartofler, rødkål	Baileyfromage m/ pynt
Mandag	23	Paneret krebinet m/ stuvet grøntsager, kartofler	Solbær-æblegrød m/ fløde
Tirsdag	24	Stegt sild m/ dild, peberrod, lys løgsovs, kartofler, rødbederåkost	Abrikosris
Onsdag	25	Kost og ernæringsforbundet & FOA: <u>Maddag for ældre</u> . Tema: Kartoffler	
Torsdag	26	Lasagne m/ salat	Blomkålssuppe m/ flutes
Fredag	27	Knuste hjerter m/ kartoffelmos, rødbedesalat	Henkogt fersken & ananas m/ råcreme
Lørdag	28	Kalkunschnitzel m/ paprikasovs, ristede kartofler, agurkesalat	Pandekage m/ is, syltetøj
Søndag	29	Nakkesteg m/ timian, skysovs, kartofler, rødkål	Tiramisu
Mandag	30	Kødboller i karrysovs, løse ris, ærter	Blommegrød m/ fløde

Centerleder

Maria

61 13 32 54

Afdeling 2

Afdelingsleder Sindie

20 12 05 79

Afdeling 3

Afdelingsleder Penille

21 20 80 12

Afdeling 4

Afdelingsleder Loui

29 40 09 93

Afdeling 5

Afdelingsleder Emil

24 85 40 43

Aktivitetsenheden

Afdelingsleder Nanna

40 14 91 24

Demenskonsulenten

Jane

29 29 96 23

Teknisk service

Leder Claus

20 44 23 31


Hovednummer

Administrationen

43 28 27 09


Sognepræst:

Elisabeth Krarup de Medeiros

 4373 0037 / 6116 0037

Sognepræst:

Michael Hald Jacobsen


 2941 4035

Træffes: Tirs. og tors. 17.00-18.00

Ons. og fre. 10.00-11.00

Sognepræst:

Peter Sander

 2941 4247

Træffes tirsdag og torsdag kl. 10 – 12

