

Gildhøjhjemmets **BEBOERNYT**



Februar 2025

Telefonliste

Centerleder - Anette Falk	5117 4177
Afdelingsleder Køkken/Rengøring/Toppen - Dorthe Johansen	2364 9362
Afdelingsleder AB/D - Christine Colding Holmsgaard	2925 4907
Afdelingsleder C - Susanne Søeborg	2925 1273
Afdelingsleder Rehabiliteringen - Bente Grønhøj	2012 0765
Administrationen - Annette Nielsen	4328 2378
Administrationen - Helle Hansen	4328 2371
Afdeling A - Stuen	4328 2351
Afdeling B	4328 2356
Afdeling C - Stuen	4328 2329
Afdeling C - 1. sal	4328 2334
Afdeling D	4328 2382
Rehabiliteringen Brøndby	4328 2357

Demenskonsulent

Karen Liselotte Jeppesen

Træffes bedst 8.30 - 9.30

Tlf. 2476 9451 eller på
mail kalis@brondby.dk



Teknisk Service

Træffes i kælderen under afsnit B

Eller på tlf. 4328 2380

Mandag - torsdag

11.00 - 12.00

Fredag lukket

Teknisk Serviceleder

Michael Bay



Administrationen er åben:

Mandag til torsdag:

9.00 til 13.00

Fredag: 9.00 til 12.00

Kassen er åben:

Mandag & Torsdag

10.00 til 11.00

Aktivitetscentret

Maria Tlf. 2465 2151

Birgit Tlf. 2465 1042

Jeanett Tlf. 2442 1024



Kære beboere og pårørende.

Vi har afholdt nytårs-kur i januar måned, en hyggelig eftermiddag med bobler og levende musik.

Nytårskur er status - overgang fra et gammelt til et nyt år – at sige farvel til det som har været og velkommen til et helt nyt og ubeskrevet år.

Det handler også om at være taknemmelig for det som har været godt og værdsat i det forgangne år og hvad man ønsker skal blive bedre i det nye år.

Vi håber på et godt og indholdsrigt år, et godt helbred, gode relationer, besøg af familien – og god mad J

Vi gør os umage med at skabe en god hverdag her på Gildhøjhemmet: Alt fra pleje og hjælp og støtte til det du har brug for

til underholdning med musik, bankospil, Gudstjeneste, besøg af dagplejebørn, heste og hundetil bare ganske almindelig snak om "livets ulidelige lethed" og hvad der er vigtigt for digtil en kop kaffe i Midtpunktet.

Til marts har vi bestilt pølsevogn, så man kan få "en ristet med brød" og en bøfsandwich direkte fra pølsevognen, der bliver opsat i gården - og bliver det for koldt, får vi sat terrasse-varmere op, så glæd jer!

Vi vil meget gerne modtage forslag til aktiviteter og indhold i hverdagen, som vil give mening for jer som beboere, så vi får et endnu mere aktivt og indholdsrigt 2025.

Tag endelig kontakt til aktivitetsmedarbejderne eller din kontaktperson med dine gode ideer og ønsker.

Jeg lovede i sidste udgave af Beboernyt, at jeg ville vise før og efter billeder af vores "stille stue"..... Som det går med mange "byggeprojekter" er vi desværre forsinket og nedenstående er derfor "midtvejsbillede". Folie på vinduerne gør at man nu ser ud på en skov i stedet for et gråt tag J.



Med ønsket om et rigtig godt nytår til jer alle!

De bedste hilsner fra Anette Falk, centerleder

Godt Nytår på Gildhøjhjemmet

En af de mange skønne traditioner Gildhøjhjemmet har, er at Preben Højlund kommer og starter eftermiddagen med sang og musik, nytårsaftensdag.

Et par dejlige timer med dans til "syng med venlig" sange, bobler i glassene og nytårsknas.

Da Preben Højlund var færdig, var det muligt at nå at hvile ben og hoved, inden det var tid til Kongens første nytårstale.

En særlig TAK for samarbejdet i 2024, til vores fantastiske frivillige :-)





VELKOMMEN

Palle Finn Jensen	Afd. C
Astrid Gudrun Nielsen	Afd. C
Holger E. Mortensen	Afd. C



Et sidste farvel

Erling Hugo Hansen	Afd. C
Kaj Hancke	Afd. C

Tillykke med fødselsdagen februar

Den 04. Dorte Nielsen	Afd. C
Den 05. Nickolei Gunnar Rasmussen	Afd. C
Den 09. Grethe Agerbo	Afd. B
Den 09. Jan Nielsen	Afd. A
Den 21. Ole Rasmussen	Afd. B
Den 23. Kirsten Laudrup	Afd. A



Fast personale



Velkommen til

Andreas	Teknisk Service
Victor	Café Glenten

Farvel og tak til

Selvi	Afd. D
Mechtilde	Afd. AB
Mai	GH Sygepl.
Cathrine	Rehabiliteringen

Nytårskur

En ellers lidt grå og trist tirsdag, den første uge i januar, blev forvandlet til en fest. Gildhøjhemmet holdte Nytårskur.

Centerleder Anette Falk holdte Nytårstale med lidt vise ord om det forgangne år og hvad vi har i vente i dette år☺ Da vi havde skålet i en boblende punch og ønsket hinanden godt nytår, spillede Nicolai Bang op til sang og dans. Et par timer går stærkt, når der bliver skrålet med på alle de gode sange vi kender og "træbenet" bliver svinget rundt på dansegulvet.

Alle var vist enige om, at det var en god måde at starte året på. Og at Nicolai Bang **MEGET GERNE** må komme igen og synge og spille for os☺





Oprydning i gemmerne



Vi modtager meget gerne ting og nips, som vi kan sælge i glasskabet eller til vores bog-/loppemarked senere på året.

Pengene går til at forsøde hverdagen for beboerne.

Henvendelse og/eller aflevering skal ske til personalet i Aktivitetscentret Toppen



Wellness uge i uge 6

Som noget nyt, vil vi afholde en wellness-uge. Det vil sige, at du kan komme ned i Midtpunktet, hvor det vil være muligt at få lidt nakkemassage, fodmassage, lysterapi eller cremet dine hænder ind i lækker creme.

Alt sammen i en rolig atmosfære med blid musik i baggrunden.

Hvis der opstår kø, serverer vi lidt dejligt i ventetiden.

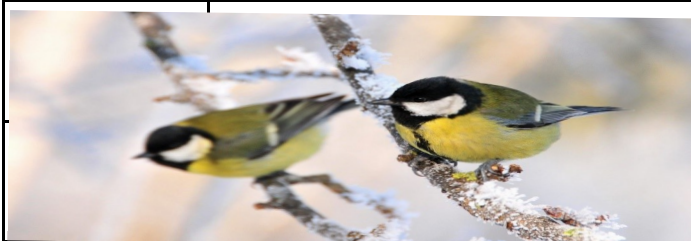
Vi er klar i nedenstående tidsrum:

9:45-11:30 + 12:45-14:30



Menuplan Februar 2025

Lørdag Den 1.	<i>Hovedret: Biksemad med spejlæg, rødbeder og grønt drys Dessert: Varm æblekage med flødeskum</i>
Søndag Den 2.	<i>Hovedret: Rullesteg med svesker, skysauce, rødkål, gele og kartofler Dessert: Fløderand med kirsebærsauce</i>
Mandag Den 3.	<i>Forret: Champignonsuppe med flutes Hovedret: Wienerpølser med varmkartoffelsalat, ketchup og sennep</i>
Tirsdag Den 4.	<i>Hovedret: Chili con pollo med løse ris, cremefraiche Dessert: Abrikosgrød med fløde</i>
Onsdag Den 5.	<i>Hovedret: Revelsben med ærter og hvidløgskartofler Dessert: Hyldebærsuppe med tvebakker</i>
Torsdag Den 6.	<i>Forret: Risengrød med kanelsukker og smørklut Hovedret: Grøntsags gratin med purløgssauce og rugbrød</i>
Fredag Den 7.	<i>Hovedret: Kogt fisk hollandaisesauce, grønkål salat og kartofler Dessert: Arme ridder med syltetøj</i>
Lørdag Den 8.	<i>Hovedret: Ragout med svinekød, abrikoser og persillemos Dessert: frugtgrød med fløde</i>
Søndag Den 9.	<i>Hovedret: Stegt kalkun med ærter, flødesauce og paprika bådkartofler Dessert: Citronfromage med flødeskum</i>
Mandag Den 10.	<i>Hovedret: Sprængt nakke med gule ærter, rugbrød og sennep Dessert: Pandekager med syltetøj</i>
Tirsdag Den 11.	<i>Forret: Legeret kalvekødssuppe med gulerods topping Hovedret: Kogt kalv med peberrod sauce, bønner og kartofler</i>
Onsdag Den 12.	<i>Hovedret: Fiske lasagne med gulerods/ hvidkålssalat Dessert: Sveskegrød med fløde</i>
Torsdag Den 13.	<i>Hovedret: Frikadeller med stuvet rosenkål og kartofler Dessert: Brie med kiks og kompot</i>
Fredag Den 14.	<i>Hovedret: Boller i karry med rosiner, kokos og løse ris Dessert: Kærnemælkssuppe med rosiner</i>
Lørdag Den 15.	<i>Hovedret: Skinkegryde med peber, rødvin og kartoffelmos Dessert: Tiramisu</i>



Menuplan Februar 2025

Søndag D. 16	<i>Hovedret: Flæskesteg med skysauce, rødkål, gele og kartofler Dessert: Hindbærris</i>
Mandag D. 17	<i>Forret: Legeret gulerodssuppe med ristet kerner Hovedret: Stegt sild med løgsauce, rødbeder og kartofler</i>
Tirsdag D. 18	<i>Hovedret: Hakke bøf med løg, bearnaisesauce, bagte rodfrugter og stegte kartofler Dessert: Hybensuppe med skumbolle</i>
Onsdag D. 19	<i>Forret: Jordskokke suppe med brødtern Hovedret: Brændende kærlighed med rodurter og hindbærkompot</i>
Torsdag D. 20	<i>Hovedret: Forloren hare med vildtsauce, syltet tyttebær, agurkesalat og kartofler Dessert: Vaniljebudding med saftsauce</i>
Fredag D. 21	<i>Hovedret: Hjerter i flødesauce, asier og persillekartoffelmos Dessert: Appelsinbudding med chokoladeskum</i>
Lørdag D. 22	<i>Hovedret: Enebærgryde med bagt kartoffelmos og broccoli Dessert: Æblegrød med fløde</i>
Søndag D. 23	<i>Hovedret: Kylling med skysauce, agurkesalat og kartofler Dessert: Orangechokolademousse med flødeskum</i>
Mandag D. 24	<i>Hovedret: Stegt flæsk med persillesauce, rødbeder og kartofler Dessert: Ymerfromage med bærsauce</i>
Tirsdag D. 25	<i>Forret: Broccolisuppe med rugbrøds croutoner Hovedret: Pizza med kartoffel ost og pesto</i>
Onsdag D. 26	<i>Hovedret: Fiskefrikadeller, kold remouladesauce, råkost og kartofler Dessert: Jordbærrød med fløde</i>
Torsdag D. 27	<i>Forret: Hønsekødssuppe med urter, mel- og kødboller Hovedret: Kogt kylling med karrysauce, broccoli og løse ris</i>
TFredag D.28	<i>Hovedret: Krebinet med stuvet ærter/gulerødder og kartofler Dessert: Pandekage med syltetøj</i>





Kur de Gildhøj



Efter en jul med alt for mange småkager, æbleskiver og marcipan, blev Kur de Gildhøj skudt i gang i januar.

Alle gav den gas og flere slog dagligt personlig rekorder 😊

Fredag var der præmieoverrækkelse.

Vinderen blev Steen , afd.C , der kørte 104,24 km i løbet af ugen.

Den der havde siddet længst på cyklen blev Bente, afd.C, der sad 4,30 timer i løbet af ugen.

Afdeling A/B vandt for at have fået flest beboere motiveret til at komme og cykle.

Ugen blev afsluttet med mulighed for at få vodka i slush ice´en







A/B har kørt 124,45 km hele ugen
 - det har taget 11 timer og 27 min.
 C har kørt 246,17 km hele ugen
 - det har taget 12 timer og 23 min.
 D har kørt 144,89 km hele ugen
 - det har taget 9 timer og 12 min.
 Personalet har kørt 200 km på 5 timer

Vi får besøg af en Pølsevogn

Tirsdag d. 25. marts kl 12:00

I Møllesalen



Dette kan man få:

Almindelige ristet pølser

Kylling pølser

Bøfsandwich

Congobajer

Sodavand



Arrangementet er for beboer og personalet og erstatter dagens frokost.

Hvad kan man lave på Gildhøjhjemmet?

Aktivitetscentret Toppen har rigtig mange forskellige aktiviteter.

Størstedelen af disse foregår i Midtpunktet. Midtpunktet ligger cirka midt i huset, så det er tilgængeligt for alle afdelinger. For blot at nævne nogle stykker, kan vi nævne sang, seniorform, banko, fredagsbar, boldcasino osv. Alle er velkommen til at komme med forslag til aktiviteter vi evt. kan afprøve.

Derudover har vi også aktiviteter i Toppens lokale, hvor der bla. Er højtlesning. Og der har været chokoladekursus og dameklub.

Det skønne ved fælles aktiviteter for hele huset er at der dannes nye relationer på tværs af afdelingerne. Måske kommer man i snak med en anden der også var syerske i sit arbejdsliv. Måske finder man ud af at en tidligere genbo også er flyttet på ældrecenter og man derved genfinder hinanden.

I den forbindelse vil vi gerne komme med en lille opfordring :-)

Gildhøjhjemmets beboernyt er hovedsagligt til jer beboere og jeres pårørende. I bladet deler vi nogle af de aktiviteter der har været foregået i huset og reklamerer for nogle af de kommende begivenheder.

Der er så mange spændende historier fra jeres liv, som fortjener at blive delt :-). Så har du stået som garderhusar på Amalienborg?

Trukket roer op på Lolland? Gået over isen til Sverige? Været i huset hos en kendt? Eller noget helt andet som kunne være sjovt at dele?

Det må også meget gerne være en fortælling fra jeres hverdag her på Gildhøjhjemmet :-)

Hvis det er vanskeligt selv at få skrevet ned og jeres pårørende eller personalet på din afdeling ikke har mulighed for at hjælpe, så vil Aktivitetsmedarbejderne i Toppen gerne hjælpe med at få en god historie i bladet.



Wellness i uge 6

9:45-11:30 + 12:45-14:30



Fredagsbar

Fredag d. 14/2

I Midtpunktet

Kl. 13:00-14:30

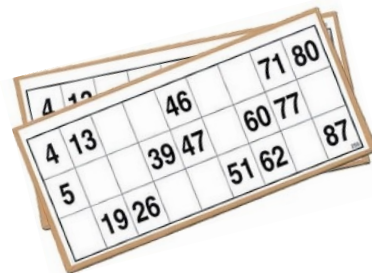


Banko

Torsdag d. 20/2

i Midtpunktet

Kl. 13.00 - 14.30



Gudstjeneste tirsdag d. 25/2

Kl 13:00 i Stjernerummet.

Der er efterfølgende kaffe til de deltagende i Midtpunktet



Bog og loppe dage i Midtpunktet.

Tirsdag den 18. og
onsdag den 19. marts.

KL: 10:00 – 11:30 og 13:00 – 14:30.



Kom og gør et godt kup og få en
bog eller flere gratis med hjem.
Der vil også være forskellige loppe-
fund der kan købes.



Medlemmer af vores Bruger- og pårørenderåd



Annie Oline Hansen
Beboer, Afd. A



Preben H. Jørgensen
Beboer, Afd. C



Peter Egtorp
Pårørende, Afd. C



Ursula Ljungqvist
Seniorrådet



MEDLEMMER AF BRUGER – OG PÅRØRENDERÅDET

Beboere:

Afd. A

Annie Oline Hansen A-01

Afd. C

Preben H. Jørgensen C-18

Pårørende:

Afd. C

Formand Peter Egtorp

Tlf.: 2934 0565

Mail: petergtorp@gmail.com

Seniorrådet:

Repræsentant Ursula Ljungqvist

Mail: urlju@brondby.dk

Suppleant Susanne Hulkvist

Mail: suhul@brondby.dk

Ledelse:

Centerleder Anette Falk

Mail: anefa@brondby.dk

Afd. leder Dorthe Johansen

Mail: dla@brondby.dk



Har du nogen spørgsmål, er du meget velkommen til at kontakte os.

Indslag til beboerNyt

Indlæg til bladet afleveres senest d.15. i måneden på mail til:

akttop@brondby.dk

GILDHØJHJEMMETS HJEMMESIDE



www.brondby.dk/gildhoj

Mail: gildhojhjemmet@brondby.dk

For at imødekomme kommunens grønne tiltag, vil bladet fremover kun blive trykt til beboere på Gildhøjhjemmet.

Du kan finde bladet på Gildhøjhjemmets hjemmeside.