



Albertshøj Lokalblad

Marts 2022



Besøgshesten
Side 6-9

Mød en medarbejder
side 11

Fastelavn
side 12-19

Gudstjenester på Albertshøj

Kl. 10.30-11.30 i lokalet Skoven, 2. sal

9. marts	Marianne N. Kristensen
23. marts	Marianne Fischer
6. april	Jeannie Osman Sommer
20. april	Marianne N. Kristensen
4. maj	Henrik Friberg
18. maj	Henrik Friberg
1. juni	Jeannie Osman Sommer
15. juni	Henrik Friberg
29. juni	Marianne N. Kristensen





Linoleumssnit: Marianne Fischer

Forår

Forår er når solsortene begynder at synge.

Når solens stråler begynder at varme.

Når det pusler i græsset.

Når erantis og vintergækker begynder at afblomstre.

Det er forår når vi igen synger med Kaj Munk i vores hjerter:

”Hvad var det dog der skete?

Mit vinterfrosne hjertes kvarts,

må smelte ved at se det,

den første dag i marts.

Hvad gennembrød den sorte jord

og gav den med sit sølvblå flor

et stænk af himlens tone?

Den lille anemone,

jeg plantede dér i fjor.



Marianne Fischer
Sognepræst i Opstandelseskirken



Klassisk koncert



Fredag den 4. februar spillede "Blue Chamber Quartet"
 en fantastisk koncert med beboere fra alle etager som publikum.
 Musikerne kom hele vejen fra Tyskland og Østrig og de spillede på harpe, klaver,
 kontrabas og vibrafon.



Hjernegymnastik

Kryds & Tværs

★	MØBEL	VALUTA	MÆRKE	STONE	PENGE- MAND	SKIB	★	SI	HOLM	PART	ELSKE- LIGE
Ø							PLØRE				
							FLOK				
INTAKT				FRMA					IKKE		
				TÅGE					GRUPPE		
VIDSTE						FUGL					
						RYDDET					
TON		X			SVØMME					GRAM	
		BIB. LAND			MÅL- FORK.					UDSTILLER	
RØG			STJERNE					INSTI- TUTION			
			TRÅDE					GRUPPE			
KLUD				ANTAL					SPIDS		
				HUD					HÆR		
★	RAMME						STAT				
	SAGLIGT						TRÆ				
GIK NED					MODIGE						GANG
					RANG- ORDNE						
NUL		TONE				KÆPPE					
		BY				FOR- FATTER					
RED- SKAB									HOT		
									UDBRUD		
PLADE			FLOD				KNAP				
			MAKE- DONIEN				SKIB				
VERS				STEDORD				SKRIV HER			
				KARAT				NIT			
BELØNNE						FÆLDE					

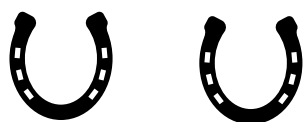
Besøgshesten Monamie

Lørdag den 5. februar havde vi besøg af det søde makkerpar Tina og Monamie. De kom rundt på alle plejecentrets tre etager og skabte stor begejstring.

Her er det 5. sal der får besøg 😊



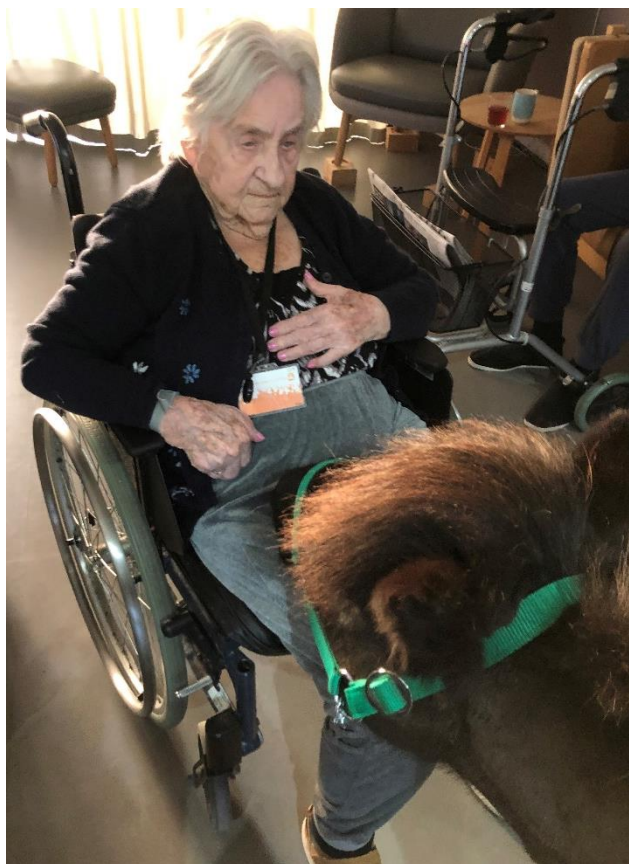
Besøgshesten Monamie på 4. sal



Besøgshesten Monamie på 3. sal



Besøgshesten Monamie på 3. sal



Goddag & Farvel

Ví har for nylig budt velkommen til

3. sal Frede Holst-Olesen
5. sal Lillian Charlotte Asboe



Ví har for lidt siden sagt farvel til

3. sal Ellen Lunde Christensen
3. sal Inger Mikkelsen
4. sal Kenneth Peter Broo Sørensen
4. sal Frank Madsen



Ære være deres minde

Mød en medarbejder



Kære beboere og pårørende

Jeg hedder Miriam Elena Lee Gonzalez og er 58 år gammel. Jeg er fra Chile i Sydamerika og kom til Danmark i 1975, som flygtning sammen med sine forældre. Jeg har boet her i Danmark lige siden. Jeg arbejder på 5. sal på Albertshøj og er vild med det. Jeg elsker at cykle, hygge, feste og danse. Gøre folk glade og hjælpe hvor jeg kan. Jeg elsker min familie og især min dejlige datter der nu er 23 år.

Nedenfor ses en tekst, som jeg selv har skrevet 😊

At være mor

Har jeg gjorde det godt, er alt som det skal være. Fortjener jeg en medalje. Er der nogen der ser det, eller er det kun mig? Man kæmper få at blive mor, indtil man har barnet, er i maven i 9 måneder til barnet bliver født. Mange gange er det ikke nemt, men det er det værd. Man er klar til alt at beskytte barnet og passe barnet fordi det er det bedste der er sket en. Det er at give liv til et barn som bagefter kalder dig "mor".

Hvad gør man nu. Hvor går man herfra?

Barnet vokser fra en baby til en voksen person. Man kan forberede sig på alt, fødslen, babyen, lærdommen det hele. Men man er ikke forberedt, på hvad der sker til sidst. Man har født og formet barnet til en voksen person som skal lære at klare sig selv ude i verdenen og har ikke brug for en mere. Nu er barnet voksen og tænker, kun på at komme væk. Det er hårdt at se ens barn blive så hurtig stor og man som mor, skal forberede sig til at se hvordan ens barn en dag rejse væk for at leve sit eget liv.

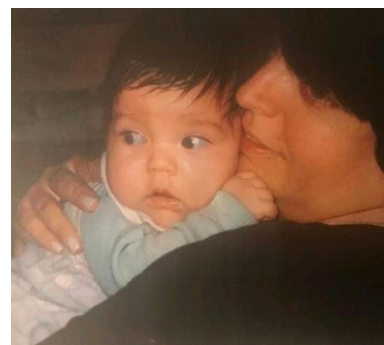
Hvad sker der nu, hvad med mig?

Vi ligger ikke mærke at de vokser. Lige meget hvad alder de er, fordi de stadig er børn i vores øjne, selv om de bliver voksne og selv få børn. Vi vil stadig passe på dem fordi det er vores måde vi ser dem på. Vi giver ikke slip så let på det barn som blev født engang fordi de er vores egen dele og tilhøre os.

Hvad gør man nu. Hvor går man herfra?

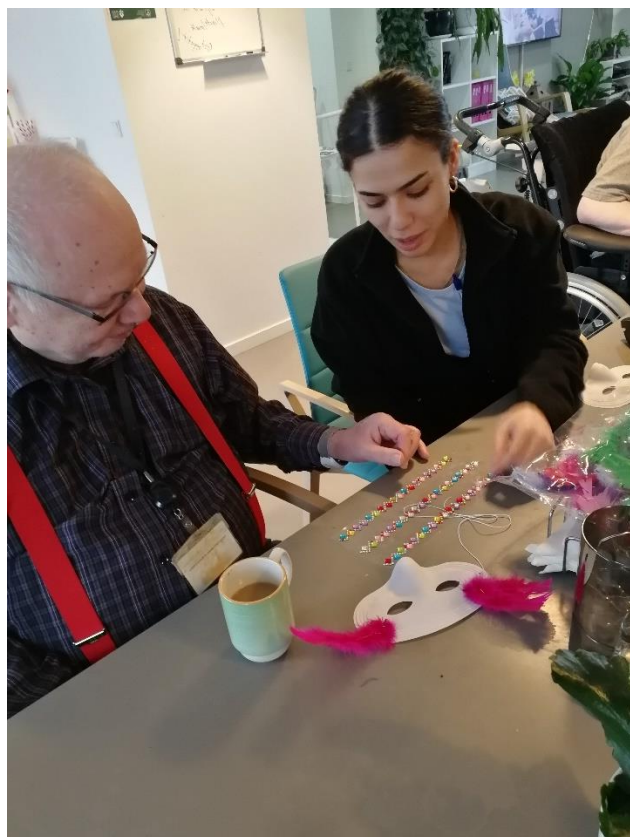
Jeg ved det og er godt klar over det, at sådan er livet. Men synes stadig det er uretfærdigt. At man giver et liv for at bagefter at se den liv glide væk. Jeg som mor har svært ved at forstå den følelse, men ved det. Men det gør det ikke nemmere. Især jeg som kun har en pige. Det var den dejligste og uforglemmeligste øjeblik når mit barn blev født. Men det bliver den sørgeligste dag i mit liv, når en dag hun kommer og siger at hun flytter væk.

Hvad sker der nu, hvad med mig, hvad gør jeg nu og hvor går man herfra.



Fastelavn værksted 4. sal

I løbet af februar måned lavede vi masker og fastelavnsris sammen med beboerne.
Vi hyggedes os med det og der blev lavet mange fine ting 😊



Fastelavn værksted

Beboere på 4. sal var kreative sammen med den nye aktivitetsmedarbejder Dorte og eleven Alexandra



Fastelavnsfest den 28. februar

I år holdte 3. sal og 4. sal det sammen og det var rigtig hyggeligt 😊



Fastelavnsfest for 3 og 4. sal

mandag den 28. februar



Der blev lagt mange kræfter i, når der blev slået katten af tønden 😊



Fastelavn værksted på 5. sal

I februar måned lavede vi masker og og pyntede fastelavnstønden.

Vi hyggedes os i hinandens selskab og der blev skabt fine ting 😊



Fastelavn værksted på 5. sal

Der var højt humør når vi sad sammen i det kreative hjørne 😊



Fastelavnsfest på 5. sal

Mandag den 28. februar



Fastelavnsfest på 5. sal

Der blev både slået katten af tønden, danset og spist fastelavnsboller 🤗



Nyt fra "Cykling uden Alder"

Så er det så småt ved at være forår igen, og vi glæder os til at komme ud og give en masse glade plejehjemsbeboere vind i håret, samt nogle gode oplevelser. For nogle måneder siden fik vi desværre stjålet 2 af vores røde Christianiacykler, så det har været lidt sløjt med ture her i vintertiden!

MEN.... den ene cykel blev, for nyligt fundet på Østerport station i god stand og Albertslund kommune har fundet penge til en splinterny cykel, så nu er vi oppe i fulde omdrejninger igen! Vi har i alt 4 stk. Christianiacykler (2-personers) og 2 kørestolscykler (1-personers). Der står 3 cykler på Albertshøj Plejecenter og 3 cykler på plejeboligerne Humlehusene.

Hvis du har lyst til at komme ud i naturen og følge forårets komme, så skal du bare henvende dig til de 3 aktivitetsmedarbejdere på Albertshøj, Dorte, Amalie og Vibeke, så skal de nok sørge for at der også bliver planlagt en tur til dig.

Som noget nyt vil vi også her i sommerperioden lave lørdags-fællesture, hver den første lørdag i måneden fra kl. 10 til ca. 12:30. Her kører vi med alle cyklerne på en gang, så der er 10 beboere fra Albertshøj og Humlehusene, samt 6 "piloter", der drager afsted på fællestur.

Vi startede i lørdags, d. 5. marts, hvor vi var 4 beboere og 3 "piloter", der cyklede fra Albertshøj ved godt 10-tiden

og kørte nordpå. Ved Herstedvester Kirke mødtes vi med et hold på 6 fra Humlehusene.

Efter en lille snak fortsatte vi gennem Herstedvester og

Vestskoven til Naturcentret ved Herstedhøje. Her får vi altid gratis kaffe, når vi kommer med vore cykler, - og denne gang var ingen undtagelse.

Vi, i "Cykling Uden Alder", har et rådighedsbeløb fra kommunen, så vi gav kage til kaffen. Efter en del snak og grin og kagespisning, kørte vi sydover igen, og sagde farvel til folkene fra Humlehusene, og var tilbage på Albertshøj ved 12:30-tiden.

Vi havde alle en dejlig dag, og fik også vished for at foråret er l-i-g-e om hjørnet. Vel mødt til lørdagstur igen d. 2. april 2022.

På vegne af "Cykling Uden Alder - Albertslund – Jørgen

**CYKLING
UDEN
ALDER**



Fællestur med "Cykling uden Alder"



Fællestur med "Cykling uden Alder"



Quiz - gæt og vind en lækker præmie

1. Hvilken prins blev født i Stockholm i 1979?

A: Prins Carl Philip B: Prins Carl Gustaf C: Prins Daniel

2. I hvilken by startede Johnny Reimar sin karriere?

A: København B: Århus C: Odense

3. Hvornår åbnede Tycho Brahe planetariet i København?

A: 1949 B: 1969 C: 1989

4. Hos hvor mange arter af danske hjorte bærer hunnen gevir?

A: 1 B: 3 C: Ingen

5. Hvilket år blev Frederik 8. konge?

A: 1886 B: 1906 C: 1916

6. Hvordan får tømreren skruerne i, når han bruger en "amerikansk skruetrækker"?

A: med stjerneskrueetrækker B: med boremaskine C: hamrer skruerne i

7. Fra hvilken sport kender man Joke Van Beusekorn, der blandt andet spillede sammen med Elo Hansen?

A: Badminton B: Håndbold C: Tennis

Marker det du tror er det rigtige svar. Skriv dit navn og hvor du bor, så er du med i lodtrækningen. Giv resultatet til en aktivitetsmedarbejder.
Vinderen trækkes fredag den 1. april.

Navn

Gruppe

Etage

Vigtige datoer i Marts

- 1.3:** Beboermøde i gruppe 1 og 2
- 2.3:** Beboermøde i gruppe 7 kl. 12.50
Beboermøde i gruppe 8 kl. 12.20
- 3.3:** Beboermøde i gruppe 6 kl.11
- 4.3:** Beboermøde i gruppe 4 og 5 kl.11
Beboermøde i gruppe 3 kl.13
- 5.3:** Fællestur med Cykling uden Alder
- 7.3:** Klassisk koncert kl.11 på 3. sal
- 9.3:** Gudstjeneste kl.10.30 på 2. sal
- med præst Marianne N. K.
- 16.3:** Fællessang kl.11 på 3. sal
- 23.3:** Gudstjeneste kl.10.30 på 2. sal
- med præst Marianne F.



Har du kommentarer eller forslag til bladets indhold er du velkommen til at kontakte redaktør og aktivitetsmedarbejder Vibeke Ankersen tlf. 26 24 12 50 / mail: van@albertslund.dk

Tip til pårørende: Ønsker du/I at modtage lokalbladet i en elektronisk udgave, så send Vibeke en mail herom og du modtager den næste udgave pr. mail 😊