


# Albertshøj Lokalblad

## November 2026





# Nye beboer




3. sal
Kate  Hansen
Bjarne Sørensen
Bjarke  Bengtsson

4. sal

5. sal
Ann-Britt Linnea Pedersen
Svend Ove Andresen

# Farvel

**Vi har for lidt siden sagt farvel til**



4. sal
Børge Lyng Sørensen
Walther Egon Kjelin

5. sal
Bodil Ambus

*Ære være deres minde*



# Lederen

## En hilsen fra ledelsen:

Oktober har været en måned fyldt med gode oplevelser, fællesskab og spændende besøg.

En af månedens helt særlige begivenheder var besøget fra den franske delegation, som gæstede Albertshøj for at få indblik i vores måde at arbejde med ældrepleje og trivsel på. Delegationen blev vist rundt i huset og mødte både beboere, medarbejdere og ledelse. Efter besøget udtrykte gæsterne stor anerkendelse for den varme atmosfære, det høje engagement blandt medarbejderne og den respektfulde og hjemlige tilgang til beboerne, som de oplevede på Albertshøj. Det var en stor fornøjelse at vise vores hverdag frem og samtidig få mulighed for at udveksle erfaringer på tværs af landegrænser.

Vi har også haft besøg af Troi fra München, som var gæst i forbindelse med Herstedvester Kirkes internationale besøg. Besøget gav anledning til hyggelige samtaler og nye perspektiver.

Derudover har beboerne haft glæde af både erindringsdans og besøg af Erindringsfabrikken, som tog os med tilbage til 1940'erne gennem historier, musik og fællessang. Som altid skabte det smil, genkendelse og mange gode samtaler.

Efterårets flotte dage har samtidig budt på flere dejlige cykel- og gåture, hvor beboerne har nydt naturen, frisk luft og hyggeligt samvær.

**Stor opbakning til beboer- og pårørenderådet**

I oktober blev der også afholdt møde i beboer- og pårørenderådet. Vi oplevede et særdeles flot fremmøde med både beboere og pårørende, faktisk flere deltagere end vi normalt ser. Det glæder os meget, da mødet gav anledning til gode dialoger, spørgsmål og idéer til den fortsatte udvikling af hverdagen på Albertshøj.

Vi vil gerne takke for den store interesse og den positive opbakning, som blev givet udtryk for på mødet. Det betyder meget for os, at så mange engagerer sig i fællesskabet og bidrager med input og perspektiver.

**Det sker i den kommende tid**

Vi ser frem til endnu flere hyggelige aktiviteter i den kommende tid. Den 3. november inviterer vi til afdansningsbal sammen med Erindringsfabrikken, og den 28. november afholder vi vores traditionsrige juletræsfest. Her er børn og børnebørn meget velkomne, og tilmelding sker via afdelingerne.

Derudover bliver der afholdt juleværksted, hvor vi sammen kan skabe julestemning i huset. I december ser vi frem til årets julefrokoster, som I kan læse mere om andre steder i bladet.

**Vaccination**

Den årlige vaccination forventes gennemført den 16. november. Nærmere information gives på afdelingerne.

**Vigtigste datoer at huske:**

- **3. november:** Afdansningsbal på 4 sal..
- **16. november:** Den årlige vaccination forventes gennemført – datoen afventer endelig bekræftelse.
- **28. november:** Juletræsfest, hvor børn og børnebørn er meget velkomne. Tilmelding sker via afdelingerne.
- **December:** Julefrokoster – læs mere om dem andre steder i bladet.

Vi glæder os til en kold, men alligevel varm tid, hvor vi går fællesskaber, gode oplevelser og hyggelige stunder i møde 🎄 ✨
En hilsen fra ledelsen:

*Leder af plejeboligområdet*

*Mobil 22223327*

*cpx@albertslund.dk*



# Hjernegymnastik Kryds og tværs

| 43 | TEGNE-SERIE | TONEN | KLUB | 1000 | MINI-MALE | TALORD | ★ | TRÆER | KURS | KILO | OVRE | FRED |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|  | | | | | | | FAD / MISSIL | | | | | |
| KLUB | | | | STED-NAVN / KNOKLET | | | | | | ENG. AFSLAG / EKS-STAT | | |
| ØJNE | | | I DEN GRAD / UDBRUD | | | UDBRUD / EXIT | | | I DAG / GUD-INDE | | | ØVE-STYKKE |
| KÆP | | | | | ANO-NYME / DYR | | | | | | | |
| TONE | | NIKKE / UNDER-TRYKKE | | | | | | PATINA / DYR | | | TON / FYR | |
| RÆKKE | | | MÅL-FORK. / SVENSK KILDE | | | TAND / DRIK | | | | NOPRET / FILTER | | |
| SØD | | | | | | | EJEDE | | | | | |
| TONEN | | | |  | | | | | TANKE | | | |

# Månedens Jokes

Hvad gør en appelsin når den bliver skraldet
– Den skraldgriner

Sygeplejersken: Hvordan fik du de hudafskrabninger?
Den fulde Patient: Jeg faldt ned af brandbilen.
Sygeplejersken: Og bulen i panden?
Den fulde Patient: Ja, jeg blev ramt af en svane.
Sygeplejersken: jamen dog, hvad kan det være at du har fået revet hår ud?
Den fulde Patient: Jeg hang fast i en UFO.
Sygeplejersken: ????? Hvad skete der så bagefter?
Patienten: Så blev karusellen slukket.

# Koncert med Trio Arizzo fra munchen i Tyskland

*Onsdag den 21. oktober havde vi fællessang og der var overraskende med da Herstedvester Kirke havde besøg af trio Arizzo som kommer fra München i Tyskland* de spiller blandt andet Olsen Banden.





# Eriendringsdans ☺









# Gåture.











# Dagligedag i huset ☺










**Kære Beboer & pårørende**

**Nu nærmere vi os jul og vi vil gerne invitere jer til afdelings julefrokost og har fordelt som følgende:**
**Grupper 3 + 6 bliver tirsdag d. 8. december kl. 12:00**
**Grupperne 1,2,4,5,7 og 8 bliver onsdag d. 9. december kl. 12:00**
**Grupperne 9,10 og 11 bliver onsdag d. 16. december kl. 12:00**

**Der vil blive servere traditionel julemad og vi håber i vil være med til et par hyggelige timer sammen med os.**

**Tilmelding på afdeling senest 20. november 2025**
**Max 2 pårørende pr. Beboer**
**100 kr. pr. pårørende**

**Til afdeling eller på mail esz@albertslund.dk**



# Nu er det tid til at få vind i håret!

Her på Albertshøj tilbyder ”Cykling Uden Alder’s” frivillige cykelpiloter at køre ture med alle beboerne.
Har du lyst til at gense dit gamle kvarter eller vil du bare en tur ud i det blå, så kører vi gerne for dig.
Pårørende må gerne køre med, men de kan også, efter en kort oplæring, låne en cykel og lave en hyggelig oplevelse på tværs af generationer!
Vi har en Nihola-cykel til kørestolsbrugere samt 2 Christiania-rickshaws.
For mere information samt booking af cykler, -
kontakt Cykel-kaptajn Jørgen Piil
på 2733 1084 eller mail: cua.albertslund@gmail.com
Eller
Aktivitetskoordinator Jesper S. Sørensen

på 91165768 eller mail: esz@albertslund.dk







CYKLING UDEN ALDER

# Cykelture







# Juletræfest



## Invitation til juletræfest

lørdag den 28. november kl. 13:00 i Caféen
Julehygge og julemanden og godteposer til børnene.



Vi håber at se børn, børnebørn og oldebørn.
Tilmelding på afdeling eller på esz@albertslund.dk
senest den 20. november 2026.
Deltagerbetaling for pårørende og børn på 35 kr.

# JULEMARKED
## i Aktivitetscenteret

**Kom og gør et godt køb til jul!**

Vi har masser af hyggelige ting til årets
**kalendergaver, mandelgaver, sokkergaver og bingogaver.**

Fine juledekorationer –
med og uden lys.

Vi byder på æbleskiver
og et glas gløgg.








**Alt overskud går til Aktivitetscenterets brugere.**

**Torsdag den 12. november**
**Kl. 9.30 – 14.00**
**I bunden af Sundhedshuset**

*Vi glæder os til at se jer!*

# Ledelsen

Camilla Pedersen
Områdeleder for Plejeboligområdet
Mobil: 22223327
cpx@albertslund.dk



**3. Sal**
Lonni Ellis Jakobsen
Mobil: 21589798
otj@albertslund.dk



**4. sal.**
Pia Andersen
Mobil: 40494803
pip@albertslund.dk



**5. sal.**
Maria Johannesen
Direkte 23319871
aij@albertslund.dk



**Rehabiliteringsafdelingen**
Marie-Louise Kabell-Jensen
Mobil 24960609
marielouise.kabelljensen@albertslund.dk



# Fælleskalender November 2026

*Der vil komme flere fællesaktiviter ☺ se på tavlerne på afdelingerne ☺*

| Dato. | Arrangement. | Kl. | Sted. |
|---|---|---|---|
| Tirsdag d. 3 | Afdansnings Erindringsdans | 10:30 | Gr. 4-5 (4.sal) |
| Onsdag d. 4 | Fællessang m/kirken | 11:00 | Gr. 1-2 (3.sal) |
| Torsdag d. 5 | Fællesoplæsning | 10:30 | Gr. 9 (3.sal) |
| Fredag d. 6 | Ballon gymnastik | 10:30 | Gr. 1-2 (3.sal) |
| Onsdag d. 11 | Gudstjenesten | 10:30 | Loungen 2 sal |
| Torsdag d. 12 | Juleværksted | 10:00 | Aktivitetscenter |
| Torsdag d. 12 | Fællesgymnastik | 11:00 | Gr. 7-8 (5.sal) |
| Tirsdag d. 17 | Biograftur | 10:30 | Musikteater |
| Onsdag d. 18 | Fællessang m/kirken | 11:00 | Gr. 1-2 (3.sal) |
| Torsdag d. 19 | Fællesoplæsning | 10:30 | Gr. 9 (3.sal) |
| Fredag d. 20 | Fællesgymnastik | 11:00 | Gr. 7-8 (5.sal) |
| Onsdag d. 25 | Gudstjenesten | 10:30 | Loungen 2 sal |
| Fredag d. 27 | Fællesgymnastik | 11:00 | Gr. 7-8 (5.sal) |
| Lørdag d. 28 | Juletræfest | 13:00 | Aktivitetscenter |

Følg Albertshøj Plejecenter på Facebook.

Input til bladet sendes til Jesper Sørensen, Aktivitetskoordinator på esz@albertslund.dk





