



Albertshøj Lokalblad
Januar/februar 2026



Nye beboer

3. sal

Sonja Carlsen
Gert Pedersen
Ulla Olesen



4. sal

Arne Ebbesen
Illa og Jørgen

5. sal

Bodil Ambus
Ulla Rohde
Inge Poulsen
Helga Margit Sandau
Gunver Rye Gundersen

Farvel

Vi har for lidt siden sagt farvel til

3. sal

Sonja Maria Carlsen
Hanne Marie Christensen
Lorraine Henriksen
Sonja Henrica Simonsen

4. sal

Alice Rylander Skov
Ingrid R. Anneliese Lauwersen

5. sal

Birthe Gyda Rundblad
Ruth Claus
Chau Nghia Truong



Ære være deres minde

Lederen

Kære beboere og pårørende,

Det er blevet tid til årets første beboerblad, som denne gang dækker både januar og februar. Her er en lille opsummering af, hvad der er sket og hvad vi har i vente.

I december havde vi en fantastisk juletræsfest med hele 90 deltagere! Derudover afholdt vi julefrokoster i alle grupper, hvor mange pårørende deltog og skabte en dejlig stemning. Vi havde også to julelystture, som spredte glæde og julestemning. Luciaoptoget med eleverne fra lanhøjsskolen var endnu et højdepunkt, der lyste december mørket op.

I januar 2026 har vi også haft gang i mange aktiviteter. Vi har sunget fællessange, lavet gymnastik og haft ballon gymnastik, som har været til stor glæde og fornøjelse for alle deltagere.

Vi ser frem til flere spændende oplevelser i den kommende tid. Vi glæder os til at byde velkommen til borgmesteren ved nytårskuren tirsdag den 17. februar, og vi ser frem til at fejre fastelavn sammen mandag den 16. februar.

Vi håber, I alle har haft en dejlig start på det nye år og ser frem til at deltage i de kommende arrangementer.

Med venlig hilsen,

Ledelsen på Albertshøj

Camilla Pedersen

Leder af plejeboligområdet

Mobil 22223327

cpx@albertslund.dk



Hjernegymnastik Kryds og tværs



Hvem skrev sangen "Tusind stykker"?

★	FYSIKER SPISE- STED	MORER SIG SPIL	TON MÅL	FOR- NAVN	?	NEDBØR DYR
RUM						
VINGET VÆSEN					INTET PIGE- NAVN	
ROCK- GRUPPE			AFGIFT FØL- SOMME			
VENDE- PUNKT				STED- ORD BESK		LÆGE
TONE		SNYDE BEDER				UD- BRUD
FOR- MODER 50 ↓			FILM- MÅND BIB. NAVN			
↗		SLØV STOL			LUFT UDBRUD	
PAVE TAGER				DRYSSE SENEDE		LYS
TØR			RØGEN MÅLERE			STIL- LING
KEND. BOGST.		TEGN VÆKST			ENTER- TAINER FINDES	
TONER UNDER- SKRIVER ↘			SPILLE- MÆRKE			
					IN- SEKT	

Månedens Jokes

Halvvejs inde i gudstjenesten læner kvinden sig over til sin mand og siger:

"Jeg har lige slået en lydløs prut. Hvad skal jeg gøre?".

Hvorefter han svarer: "Put et nyt batteri i dit høreapparat..."

Invitation til fastelavn

Kære Beboer

Mandag den 16. februar afholder vi fastelavnsfester på etagerne vi mødes i midtergrupperne kl. 11:30 hvor vi slår katte af tønden og derefter er der fællesfrokost med fastelavns gryde og boller.

Udklædning er tilladt men ikke et krav ;-)



Invitation til herrefrokost

Kære Mænd på Albertshøj

Så er det ved at være tid til vi afholder Herrefrokost onsdag den 25. februar kl. 12:00 i gr. 7-8

Vi mødes til et par hyggelige timer med lækker mad og drikke.

Tilmelding til aktivitetsmedarbejder senest den 19. februar 2025

De bedste hilsner

Uffe & Jesper





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



Nytårskur På Albertshøj



Tirsdag den 17. februar 2026

Kl. 12:30-13:45

4 sal i grupperne 4-5

Kom forbi og hils på vores nye borgmester Lars Gravgaard Hansen der glæder sig til at hilse på jer og vi fælles kan ønske hinanden godt nytår.



Julegudstjenesten

Tirsdag den 23. december afholdt vi julegudstjeneste ☺



Ud med juleposer

Aktivitetsmedarbejder var en tur rundt og ønske alle beboer god jul tirsdag eftermiddag den 23. december 2025



Julekoncert med musikskolen

Tirsdag den 16. december havde vi besøg af Musikskolen.



Hygge i huset



Em Håndbold



Ballongymnastik.



Når der er livsflimmer, gælder det om at polstre sig med livsglimmer.



Demensteamet inviterer til oplæg med Anja Aalund, som både som fagperson og som pårørende kender til at blive væltet omkuld i livet og at finde hjem til sig selv igen. Oplægget er for alle pårørende uanset diagnose, som har brug for et kærligt strøg.

•
Onsdag d. 06.05.26 kl. 16-18. Billetter er gratis og kan fra 2026 bestilles på bibliotekets hjemmeside fra medio januar 26

Demens-skole forår 2026 - et samlet tilbud til pårørende

Når et menneske får en demenssygdom, skal livet leves på en anden måde.

I Demensskolen får du mulighed for sammen med andre pårørende at deltage i 4 oplæg omkring demens:

- Demenssygdomme
- Fremtidsfuldmagter, værgemål og digitale fuldmagter
- Tanker om ernæring + rollen som pårørende
- Dagligdagen med demens.

Mere information hos demensteamet
Bente Lauridsen tlf. 40226512
Elena Custura tlf. 30303306

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 Februar 2026

Der vil komme flere fællesaktiviteter ☺ se på tavlerne på afdelingerne ☺

3. Ballongymnastik gr. 1-2 kl. 10:45 m/børnehave

4. Gudstjenesten i Skoven kl. 10:30

6. Fællesgymnastik gr. 7-8 kl. 11:00

10. Ballongymnastik gr. 1-2 kl. 10:45

11. Fællessang i gr. 7-8 kl. 11:00

12. Fællesoplæsning gr. 9, kl. 10:30

13. Fællesgymnastik gr. 7-8 kl. 11:00

13. Guitar Dan i gr. 10, kl. 13:30

16. Fastelavnsfest i midtergrupperne kl. 11:30

17. Ballongymnastik gr. 1-2 kl. 10:45

17. Nytårskur kl. 12:30-13:45

18. Gudstjenesten i Skoven kl. 10:30

20. Fællesgymnastik gr. 7-8, kl. 11:00

24. Ballongymnastik gr. 1-2 kl. 10:45

25. Damehygge i gr. 11, kl. 13:15

25. Fællessang i gr. 1-2, kl. 11:00

25. Herrefrokost i gr. 7-8, kl. 12:00

26. Fællesoplæsning gr. 9, kl. 10:30

27. Fællesgymnastik gr. 7-8, kl. 11:00

Følg Albertshøj Plejecenter på Facebook.

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