



Albertshøj Lokalblad

Marts 2026



Nye beboer

3. sal

Else K. Larsen

Palle R. Andersson

Steen Kristensen

Ilse H. Thomas



4. sal

Ole Nielsen

5. sal

Bodil Ambus

Inge Gurle Terkelsen

Inger Poulsen

Farvel

Ví har for lídt síden sagt farvel tíl

3. sal

Per Vagn Hansen

5. sal

Ulla Rohde

Minna Karen Morthorst

Lillian Birthe Elmegaard Dühring

Henny Minna Solberg Thaulov

Johnna Abildgaard Willerslev



Ære være deres minde



Lederen

Kære beboere og pårørende,

En måned med fællesskab og gode oplevelser

Den seneste måned har budt på mange hyggelige og meningsfulde aktiviteter i huset. Vi fejrede fastelavn den 16. februar, desværre måtte børnehaven melde afbud på selve dagen, men stemningen var alligevel god. Den 17. februar afholdt vi nytårskur med besøg af borgmesteren, hvilket var en særlig og festlig begivenhed.

Den 25. februar var der både herrefrokost med 29 deltagende beboere og damehygge, hvor 15 beboere deltog, to arrangementer præget af nærvær, grin og gode samtaler.

Derudover fortsætter vores daglige og ugentlige aktiviteter som fællessang, gudstjeneste, ballongymnastik, dagpleje og fællesgymnastik, som mange beboere deltager flittigt i.

Vi har også haft tilsyn fra Ældretilsynet – og det gik bedre end godt. Plejecentret er blevet bedømt til den bedste vurdering (god kvalitet) hvilket vi er meget stolte af. Samtidig giver tilsynet os værdifulde input til, hvor vi fortsat kan udvikle os, blandt andet i arbejdet med kontaktpersonordningen.

Tak for det stærke fællesskab og engagement i hverdagen.

Venlig hilsen

Ledelsen, og husk I altid er velkomne til at kontakte os og komme forbi til kaffe 😊

Camilla Pedersen

Leder af plejeboligområdet

Mobil 22223327

cpx@albertslund.dk



Hjernegymnastik Kryds og tværs

					KONTROL		GRINE	EN	FOR- NAVN	FOOTBØJ
					FAR- TØJ					
					DRIK			FILM POLITI- KORPS		
					2. UBE- KENDT		PADDE BIB. NAVN			
	JØBBET	ØSTRIG	NUM- MER	↓	ILD- STEDER	TOV SANGER			GAMMEL AFGIFT	
KØKKEN- UD- STYR							BLOMST TØR			
ANB.		BUSK FOR- BUND						ENG. STEREOD DRON- NING		
FYLD- ORD			TITEL VARSEL					SPISE UNION		GARN
FOD- TØJ				↓		VALUTA RED- SKAB			POTE	
ITALIEN		BY PERIODE					FUGL BLONDE			
FUGLE					FISK SAMLER					
KANT				↓	FAR- TØJ			FOR- NAVN OVER- TAGE		VARME- KILDE
NEON			WINTER- LEJE UNGE			PAS- SEDE BIB. FORK.			SMALL FRUGT	
TARA		TJENER E-POST						FLOD FILM- FIGUR		
FYRSTE- DRØMME							SKRIG FILM- FIGUR			
FØDE				↓	TON	CYKEL- UDSTYR SKIB				NATI- ONER
			PRØVE KURS					PULVER STED- NAVN		
VIRK- SOMHED									KLOG	
500		LILLE VEJ GRINEDE				TV- SERIE STRAKS				
VAND- LØB				→	STED- ORD			GER- NING KILO		
TALORD			DEFEKT				RED- SKAB			

Månedens Jokes

Hørt i Retten:

- Har De tidligere været straffet?
- Ja, min svigermor boede hos os hele sommeren.

Hvad sagde kniven til gafflen?

- Hvordan skær den?

Ballongymnastik.





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



Erindringsdans

Mandag den 2. marts 2026 starter vi erindringsdans, kom og vær med 😊

Puds danseskoene og tag den det fine tøj frem.

Vi mødes kl. 10:30 i grupperne 4-5 på 4 sal.

Vi danser og hygger en time med god musik. Ta gerne en danseglad pårørende eller personale med.

Vi afholder erindringsdans over 8 mandag og afslutter med afdansningsbal.

Vi glæder os til at se jer.

De bedste hilsner

Karina og Michelle

De to dansemus 😊



Herrefrokost

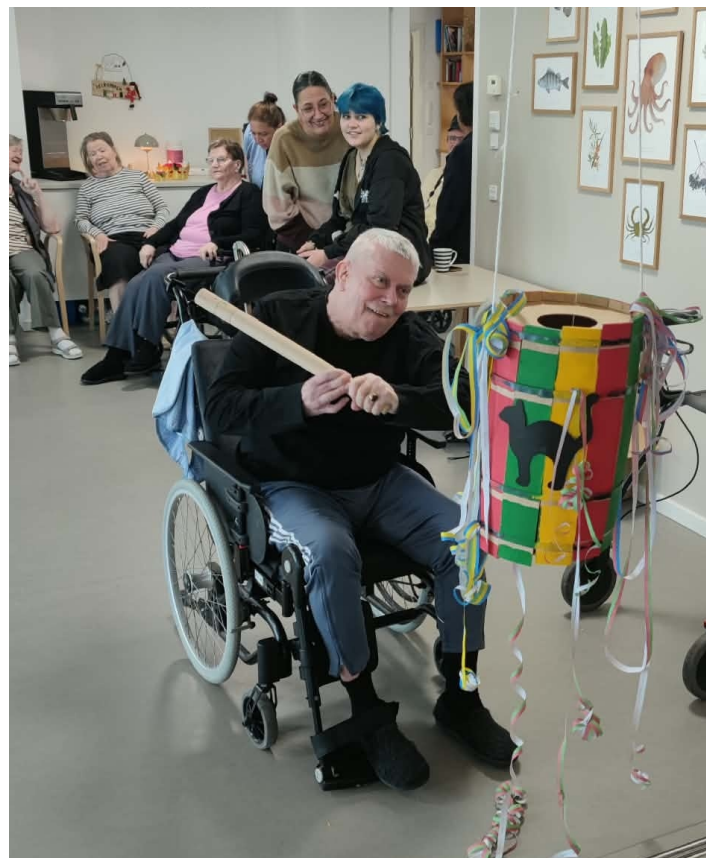
Onsdag den 25. februar afholdte vi Herrefrokost for hele huset med 30 friske beboere. Tak for en god en god frokost.



Fastelavn

Mandag den 16. februar havde vi fastelavn med tøndeslag, fællesfrokost og selvfølgelig fastelavnsboller.





Nytårskur

Tirsdag den 17. februar afholdte vi nytårskur med vores nye borgmester Lars Hansen som holdt en tale og ønske os alle et godt nytår.





Damehygge.

Onsdag den 25. februar havde vi damehygge for 3 og 5 sal. Med kaffe kage og hyggesnak ☺



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 Marts 2026

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

Dato.	Arrangement.	Kl.	Sted.
Mandag d. 2	Erindringsdans	10:30	Gr. 4-5 (4.Sal)
Tirsdag d. 3	Ballongymnastik m/børn	10:30	Gr. 1-2 (3.sal)
Onsdag d. 4	Gudstjenesten	10:30	Loungen 2.sal
Fredag d. 5	Fællesgymnastik	11:00	Gr. 7-8 (5.sal)
Mandag d. 9	Erindringsdans	10:30	Gr.4-5(4.sal)
Tirsdag d. 10	Ballongymnastik	10:45	Gr. 1-2 (3.sal)
Onsdag d. 11	Fællessang	11:00	Gr. 4-5 (4.Sal)
Torsdag d. 12	Fællesoplæsning	10:30	Gr. 9 (4.sal)
Fredag d. 13	Fællesgymnastik	11:00	Gr. 7-8 (5.sal)
Fredag d. 13	Guitar Dan	13:30	Gr. 11 (5.sal)
Mandag d. 16	Erindringsdans	10:30	Gr. 4-5(4.sal)
Tirsdag d. 17	Ballongymnastik m/børn	10:30	Gr. 1-2 (3.sal)
Onsdag d. 18	Gudstjenesten	10:30	Loungen 2.sal
Fredag d. 20	Fællesgymnastik	11:00	Gr. 7-8 (5.sal)
Mandag d. 23	Erindringsdans	10:30	Gr.4-5(4.sal)
Tirsdag d. 24	Ballongymnastik	10:45	Gr. 1-2 (3.sal)
Onsdag d. 25	Fællessang	11:00	Gr. 7-8(5. sal)
Torsdag d. 26	Fællesoplæsning	10:30	Gr. 9 (4.sal)
Fredag d. 27	Fællesgymnastik	11:00	Gr. 7-8 (5.sal)
Fredag d. 27	Guitar Dan	13:30	Gr. 11 (5.sal)
Mandag d. 30	Erindringsdans	10:30	Gr.4-5(4.sal)
Tirsdag d. 31	Ballongymnastik	10:45	Gr. 1-2 (3.sal)

Følg Albertshøj Plejecenter på Facebook.

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