



Albertshøj Lokalblad

August 2023



Højtlesning
Side 8

Tur til Ishøj havn
side 12-13

Tilbud til pårørende
side 22

Goddag & Farvel

Ví har for nylig budt velkommen til

- 3. sal Karen Jeppesen
- 3. sal Eddy Natasja Gansler
- 4. sal Kirsten Margrethe Kaule
- 5. sal Inger Lise Rolsted
- 5. sal Kjeld Hjarsø



Ví har for lídt síðen sagt farvel til

- 3. sal Quyen Quach
- 4. sal Maj-Britt Larsen
- 4. sal Gunnar Valdemar Hansen
- 4. sal Poul Kahr Hansen
- 5. sal Kirsten Burmeister
- 5. sal Birthe Lunau
- 5. sal Kjeld Bertelsen Witzansky



Ære være deres minde

Lederen

Kære Beboere, Pårørende og Personale

Mens juni måned bød på rekord mange solskinstimer, varme og tørke blev juli og august noget af en våd omgang. Men byger, som går og kommer er jo, som bekendt, den danske sommer!

Personalenyt

Den 7. august startede **Jaqueline som afdelingsleder på 3. sal.** Hun er uddannet sygeplejerske i 2010 og har erfaring indenfor ledelse, psykiatri, hjemmepleje, hospice og rehabilitering. Vi glæder os til at byde Jaqueline velkommen og ved I alle vil tage godt imod hende.

Vi har hen over sommeren, annonceret efter en ny centersygeplejerske, samt en udviklingssygeplejerske og afvikler ansættelsessamtaler i august. Målet er at styrke den faglige indsats på Albertshøj.

Albertshøj har vokseværk

Åbning af den nye del af plejecentret, kaldet etape 3, har ladet længe vente på sig. Den sidste melding er, at vi forhåbentlig kan byde nye beboere velkommen midt i januar 2024. Vi krydser fingre for det holder.

Dagligstuer og fælles arealer

Vi har nedsat en arbejdsgruppe der sammen med arkitekt Maren Buchwaldt, vil arbejde på at gøre vores dagligstuer og fælles arealer mere hyggelige og hjemlige. Vores første møde bliver onsdag den 9. august.

Beboer- pårørenderåd

For at styrke samarbejdet og dialogen vil vi rigtig gerne genetablere vores beboer- og pårørenderåd. Der har ikke været holdt møde siden september 2022! Jeg kan forstå, at det har været svært at finde repræsentanter blandt pårørende og beboere.

Hvis I vil være med til at præge udviklingen, komme med gode ideer og være med til at tage initiativer, **hører jeg meget gerne fra beboere og pårørende der vil deltage!** Vi holder møder 2 gange om året og det foregår sidst på eftermiddagen. Jeg kan kontaktes på mail eller telefon.

Mange gode hilsener

Plejecenterleder Connie Lemvig

Tlf. 24 92 93 60

connie.lemvig@albertslund.dk



På tur i rickshaw

Ønsker du at komme på cykeltur med en af de søde frivillige piloter, så fortæl det til personalet og de finder en tid der passer dig 😊



På tur í ríckshaw



Gudstjenester på 2. sal

Kl. 10.30-11.30

23. august	Præst: Henrik
6. september	Præst: Marianne K
20. september	Præst: Henrik
4. oktober	Præst: Jeannie
18. oktober	Præst: Marianne F
1. november	Præst: Marianne K
15. november	Præst: Henrik
29. november	Præst: Marianne F
13. december	Præst: Jeannie



Fællessang på skiftende etager

kl.11-11.45

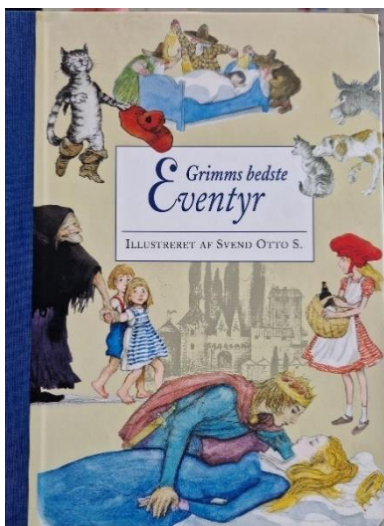
16. august	5. sal	Marianne K. og Lars
30. august	4. sal	Tobias Fensløv og Jeppe.
13. september	3. sal	Helle og Lars
27. september	5. sal	Marianne F. og Jeppe
11. oktober	4. sal	Henrik og Jeppe
25. oktober	3. sal	Marianne K. og Lars
8. november	5. sal	Helle og Jeppe
22. november	4. sal	Henrik og Jeppe
6. december	3. sal	Marianne F. og Lars
20. december	5. sal	Marianne K. og Jeppe



Højtlesning med Tove og Jens



Torsdage
kl.10.30
i lige uger
på 3. sal





Bustur til Ikea

Laila og Edel fra 3. sal var på indkøbstur sammen med Mette og Vibeke. Der var mange flotte ting at kigge på og blæksprutten måtte altså med hjem 😊



Hverdagen på 3. sal



Gulvbasket og en hyggelig morgenstund 😊



Kreativitet og ballet på gangene 😊

Fællesskab

Beboerne mødes på tværs af etager. Her er det Birthe, Hanne og Edel på 3. sal, der har fået selskab af Theresia og Inge fra 5. sal. Det er så hyggeligt 😊



Theresia og Inge fra 5. sal har også været med til gymnastik på 3. sal





Bustur til Ishøj havn



Beboere fra 3. sal og 4. sal havde en dejlig tur. Vi talte om bådtyper, naturen, motorcykler og Vibekes evner som ny buschauffør 🌞🕶️🚢



Bustur til Ishøj havn

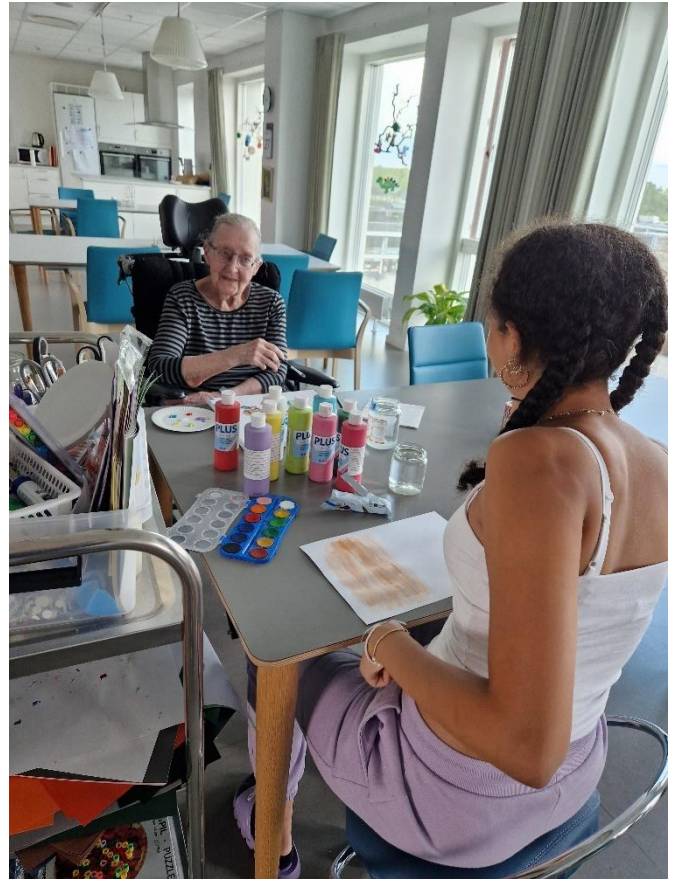


Hverdagen på 4. sal

Der er ingen nåde i Ludo, man bliver slået hjem så snart det er muligt! 😊



Mona og Birthe er et par kreative sjæle



Hverdagen på 4. sal, gr. 4/5

I gr. 4/5's køkkenområde sker der noget helt særligt! Her er de unge piger, Mona og Louise, i et samarbejde med beboerne i gang med at udsmykke de store vægge og det bliver så smukt. Der er meget at kigge på og tale med hinanden om! 😊



Hverdagen på 4. sal, gr. 3



Tillykke til Guri
med de 89 år



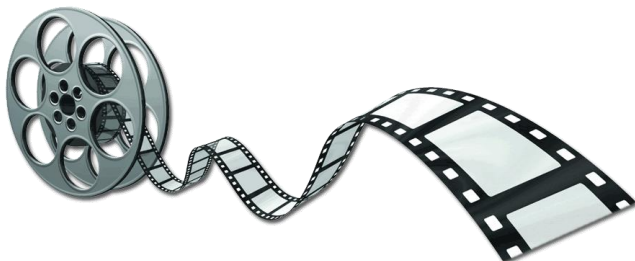
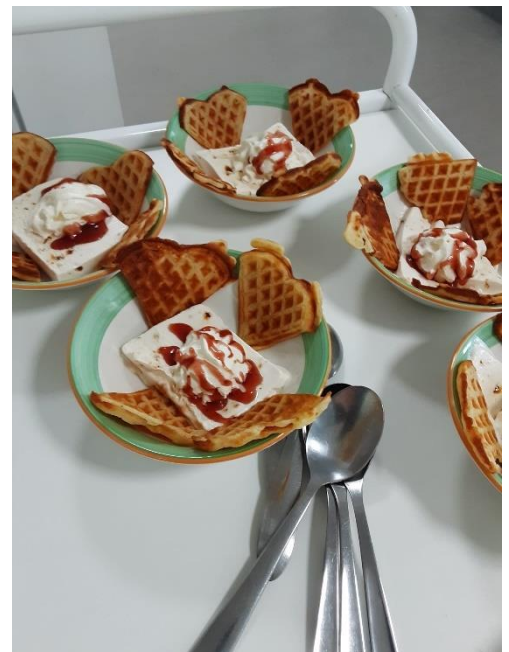
Bustur til Plantorama 4. sal, gr. 3

Annie og Ellen havde en dejlig tur med aktivitetsmedarbejder Vibeke. Der blev kigget og nøje udvalgt blomster. En kop kaffe og en god snak blev der også tid til 😊

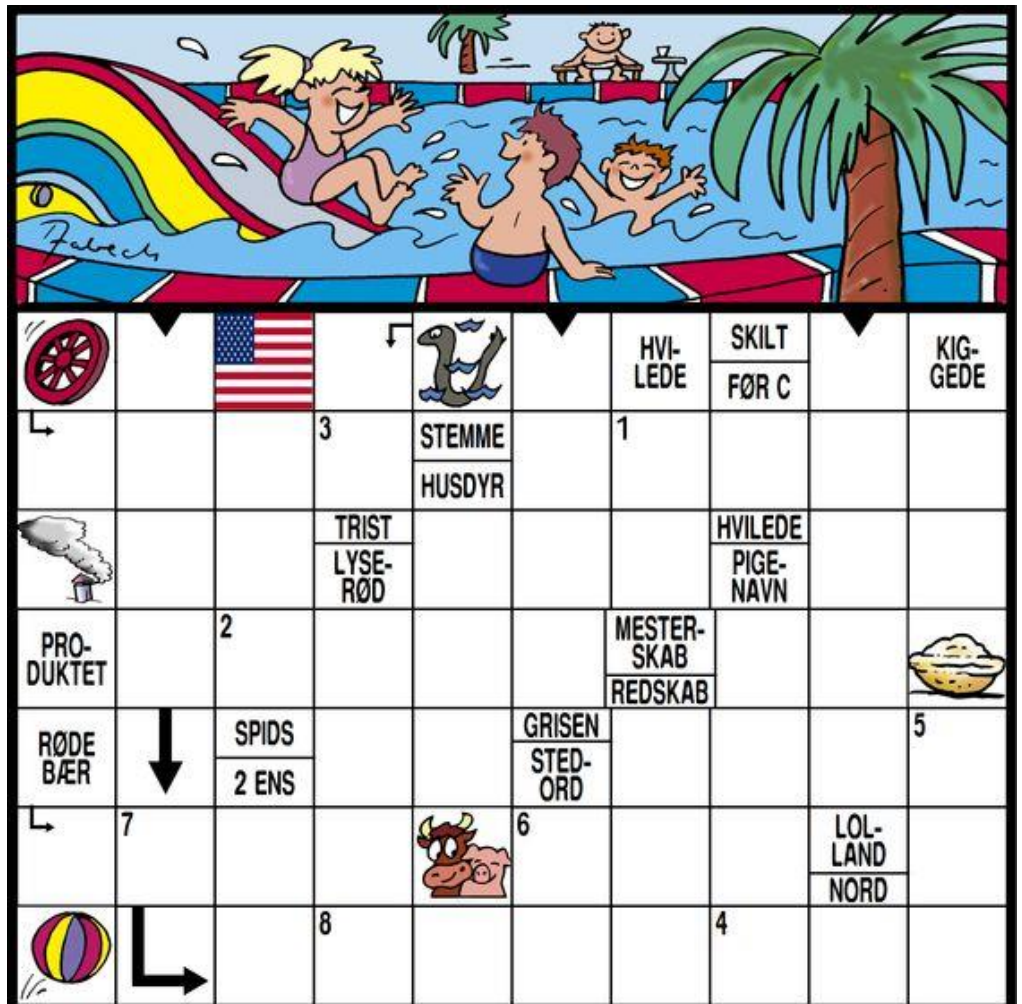
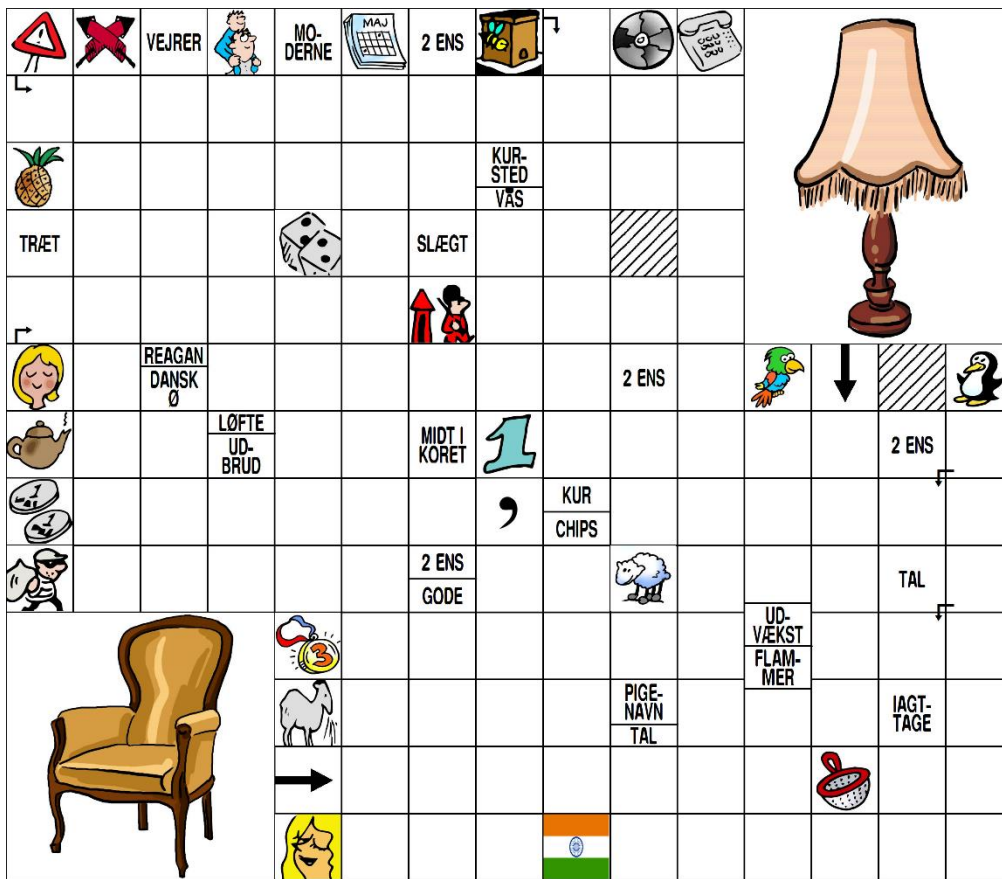


Hverdagen på 5. sal, gr. 6

Tirsdags café i gruppe 6 🍷



Hjærnegymnastik - kryds & tværs





Guitar koncert med Dan Nilsson

Dan kommer og spiller på alle 3 etager, det skifter fra gang til gang. Han spiller og synger kendte numre af både danske og udenlandske.





Guitar koncert med Dan Nilsson

Gensyn med gamle venner, en god øl og en dans 😊



Tilbud til pårørende

Gratis temamøder i Pårørendegruppen fra 5/9 til og med 5/12

Den første tirsdag i hver måned afholder Pårørenderådgiver Lene Ciccolini pårørendegruppe fra kl. 14-16 i Frivillig centret, Bygangen 25, 1. sal (Svalegangen).

Tilmelding senest den 28. august 2023.

lzu@albertslund.dk eller ring/læg en besked på telefonen til pårørenderådgiver Lene Ciccolini Tlf.: 2946 3704

Alle er velkomne!



5/9: Demenskoordinator Bente Lauridsen

"Når hjernen driller"

Et oplæg om demens og det, som udfordrer, når hjernen driller. Der vil blive informeret om kommunens tiltag og muligheder. Oplægget henvender sig både til familier, som er berørte af demens og til dem, som bare er nysgerrige. Mere viden bevirker, at man kan give mennesker med demens den lille håndsrækning, som kan være så vigtig, når mennesker mødes og behovet opstår.

3/10: Diætist Maria Mejer Nielsen

Hvad skal vi være opmærksomme på i forhold til kosten, når vi bliver ældre?

Underernæring eller pludseligt vægttab kan være farligt og et tegn på at noget ikke er som det skal være. Vi skal tale om hvorfor man taber sig og hvordan man bliver opmærksom på evt. dårlige kostvaner. Endeligt skal vi tale om, hvad der kan gøres, hvis der pludselig er problemer med at tygge og/ eller synke

7/11: Jurist Amy Kabir

"Fremtidsfuldmagt, samtykkeerklæring & overordnede rettigheder"

Jurist Amy Kabir kommer og fortæller om blandt andet fremtidsfuldmagt, samtykkeerklæring, samt overordnede rettigheder omkring hjælp og støtte fra kommunen, herunder hjemmehjælp og støtte til for eksempel hjælpemidler.

5/12: Pårørenderådgiver Lene Ciccolini

"Hvorfor kan det være så svært at være pårørende"?

Vi taler om det at være pårørende til en nærtstående med sygdom/krise inde på livet.

- Hvordan kan man bevare sit fysiske, psykiske og sociale velvære som pårørende.
- Hvordan navigerer du som pårørende i en hverdag, der ofte er fuld af udfordringer.
- Hvilke tilbud findes der i Albertslund til pårørende.?

”Jeg er træt af at være lille”

... sådan begynder David Rehling (1949-2021) sit eventyr om den lille kanin, der hellere ville være en stor giraf.

Kaninen blev efterhånden overbevist om, at den var en rigtig giraf. Den forlangte af sine venner at blive kaldt ”Hr. giraf”.

”Det skal vi nok, Lillekanin”, svarede de.

”Hr. Giraf!” insisterede, den lille kanin.

”Hr. Giraf” sagde den lille kanins venner måbende og uforstående.

Den lille kanin måtte have sine venner til at hjælpe sig med at nå de øverste grene i egekrattet; for en sand giraf, skal jo gumle på topskuddene. En dag hjalp kaninens venner med at bøje en stor gren ned mod jorden. Alligevel måtte den lille kanin rejse sig på bagbenene og strække halsen for at nå grenen. Netop som den havde sat sine fortænder i grenen, smuttede den. ”Zup”, sagde det, og den lille kanin blev slynget langt væk.

Den lille kanin landede lige foran Hr. ræv, der sad og gjorde sig tanker om, hvad han skulle spise til aften. ”Ser man det,” sagde ræven og slikkede sig om munden, mens han fandt sin stegepande frem.

De kikkede hinanden i øjnene. ”Jeg er en giraf” sagde den lille kanin. ”Hmm!” sagde ræven eftertænksomt, mens han lagde den lille forslåede kanin på sin gourmet-stegepande. Ræven hentede sin store tunge kogebog, og satte sig med et bump på stegepandens lange håndtag. ”Zup” sagde det, og den lille kanin, blev slynget højt op i luften og landede netop ved egekrattet, hvor dens venner var ved at lede efter den.

”Hr. Giraf” råbte de med begejstring og glæde. Den lille kanin var helt fortunlet efter flyveturen. ”Jeg er ikke nogen giraf mere”, sagde den lavmælt. Efter en kort pause sagde den beslutsomt ”I skal kalde mig hr. Kanin”.

Alle var glade og de fulgtes hjem til hr. Kanin.

Det store i det små

Med denne korte genfortælling af Rehlings legende, bliver jeg mindet om, at det er så vigtigt, vi ikke foregiver at være større, bedre eller stærkere end vi er. Det er svært ikke altid at være stor og stærk. Men hvis vi skal have noget ud af livet, må vi fylde det med ægthed frem for at være vores egne mastodonter. På den måde bliver vi selv sande venner for vores venner.

Jesus sagde engang, at vi skal handle og være på en måde, som vi gerne vil have, andre skal være over for os. Det kalder på, at vi besinder os til at leve, som vi er. – Det er stort at være lille!

Fortsat god sensommer til alle læsere.

Henrik Friberg

Sognepræst i Opstandelseskirken



Vigtige datoer i august & september

- 25.8** **Guitar koncert med Dan kl.15, 5. sal**
- 28.8** **Besøgshund Linka kl. 13, 3. sal**
- 28.8** **Besøgshund Bertram kl.16.30, gr. 3 + gr.6**
- 8.9** **Guitar koncert med Dan kl.15, 3. sal**
- 5.9** **Besøgshund Coco kl.15, 4. sal, gr. 4/5**
- 11.9** **Besøgshund Bertram kl.16.30, gr. 3 + gr.6**
- 22.9** **Guitar koncert med Dan kl.15, 4. sal**
- 26.9** **Harmonika koncert med Carsten kl.15, 3. sal**
- 12.9** **Sensommerfest i Caféen**
- 25.9** **Besøgshund Bertram kl.16.30, gr. 3 + gr.6**



Livet på Albertshøj kan du følge på vores Facebook-side.
Søg blot på "Albertshøj Plejecenter" og "like" vores side

