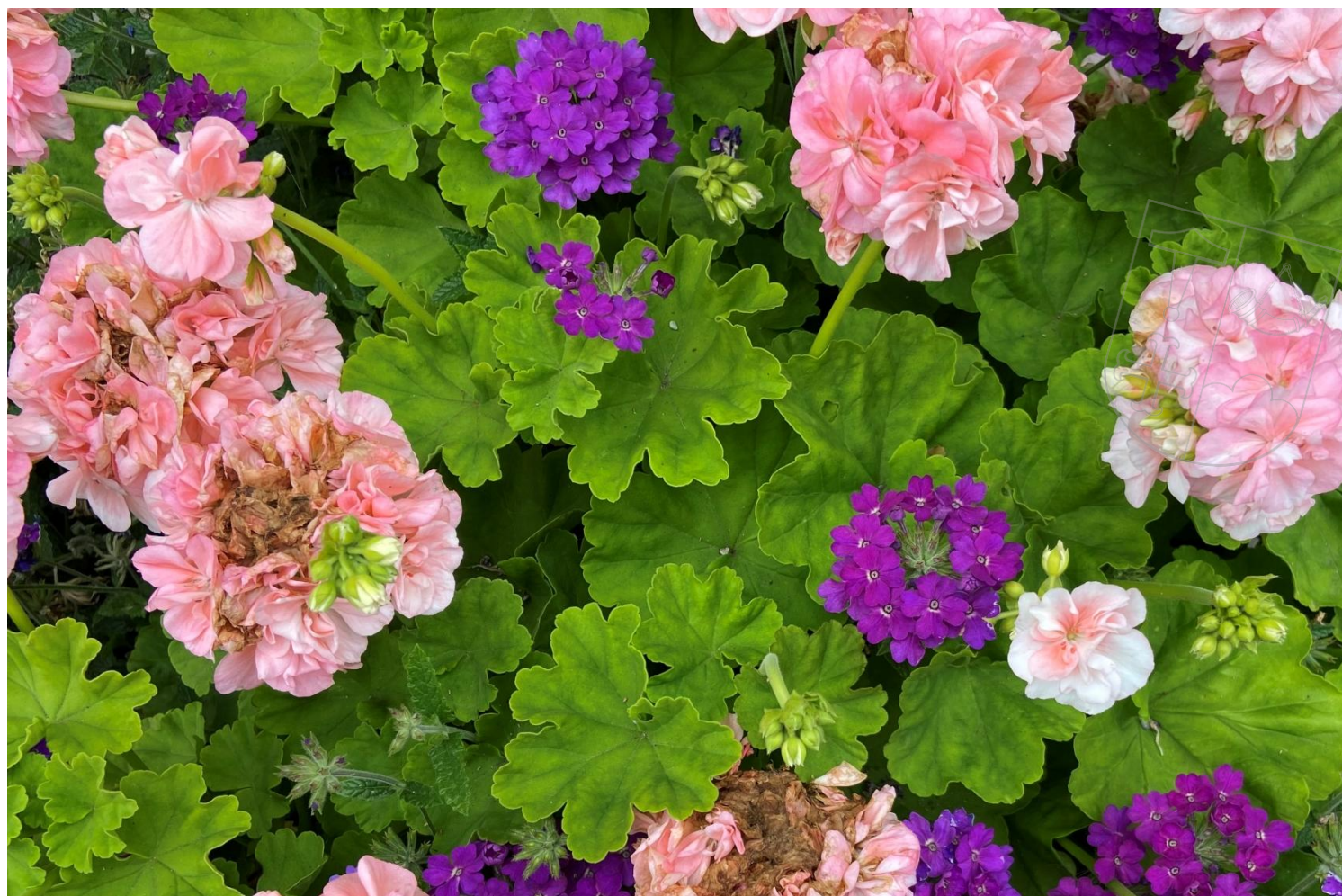


September 2021

HUSAVIS

**For beboere og pårørende
Plejecenter Kærbo**



KONTAKT

Kærbos hovednummer, 43 57 96 00
Administrationen 43 57 96 08

Kærbo Hus A

Kærbo afd. A st. 43 57 96 21

Fleksible omsorgsboliger 1.sal 43 57 96 22

Fleksible omsorgsboliger 2.sal 43 57 96 25

Kærbo afd. B

Kærbo afd. B 1. sal 43 57 96 01

Kærbo afd. B 2. sal 43 57 96 43

Kærbo afd. C

Kærbo afd. C st. 43 57 96 41

Kærbo afd. C 1.sal 43 57 96 42

Kærbo afd. C 2.sal 43 57 96 43

Kærbo blok 4 – 6

Blok 4. 1. sal 43 57 96 40

Aktivitets afd.

Aktivitetscenteret 43 57 96 04

Mail sendes til kærbo@ishoj.dk

Nyheder

Fokus på demens i Ishøj og på Kærbo – Torsbo

Da vi i Ishøj arbejder for at blive en demensvenlig kommune er Kærbo og Torsbo blevet en del af det kommunale tværfaglige demensnetværk. Der er på både Kærbo og Torsbo udvalgt ni demensvejledere der skal sætte demens på dagsordenen og sammen med lederne i huset tilbyde vejledning og sparring med kollegaer mm.

Demensvejlederne rustes godt til opgaven gennem et 5 dages kursus i slutningen af september. Derudover vil vejlederne have et tæt samarbejde med deres leder samt det tværfaglige demensvejledernetværk.



Nyheder

Nye grupper i aktivitetscenteret med opstart i september

Rollatorbanden

Fra tirsdag d. 7 september starter vi et rollator hold. Vi går fra Kærbo ca kl. 10.30-11.30 og går ture i lokalområdet. Turene vil max være 1-2 km, så du kan også møde op hvis du har stok.

Venlig hilsen Carlo og Yvonne (tovholder på holdet).

Herrehjørnet

Herrehjørnet er et tilbud for "voksne" mænd med meninger og behov for en god mandesnak om livet på godt og ondt – tilsat kulør og kaffe. Det foregår torsdag kl. 13-15 i aktivitetscenteret. Holdet starter d. 16. september.

BEBOERDEMOKRATI

Vil du være med til at sætte dit præg på Kærbo og Torsbo?

Så meld dig til **PLEJEHJEMSBESTYRELSEN!**

Plejhjemsbestyrelsen er et nyt organ på tværs af Torsbo og Kærbo. Plejhjemsbestyrelsens formål er at sikre beboerdemokratiet og at beboernes og de pårørendes interesser bliver varetaget bedst muligt. Det kan fx være i forhold til inputs til ”den gode indflytning”, aktiviteter, handleplaner efter tilsyn m.v. Beboerdemokrati handler om diskussionen af generelle temaer, der berører beboernes hverdag – og dermed ikke om enkeltsager, fx indsatsen over for en enkelt beboer.

Plejhjemsbestyrelsen skal desuden fungere som sparringspartner og rådgivende organ for ledelsen i den fortsatte udvikling af Kærbo og Torsbo.

Plejhjemsbestyrelsen består af pårørende, medarbejdere og ledere fra Torsbo og Kærbo, plejecenterlederen samt repræsentanter fra Aktivitetscentrets Brugerbestyrelse, Seniorrådet og Ældre Sagen.

Vi har derfor brug for pårørende, der har lyst til at være med til at gøre en forskel via en engageret deltagelse i bestyrelsen. |

Der holdes opstartsmøde torsdag d. 23. september kl. 16-18 på Kærbo, Ishøj Boulevard 2. Her er **ALLE** pårørende og medarbejdere, der er interesserede i at høre mere om bestyrelsen, velkomne.

Vil du være med til opstartsmødet? Så send en mail senest mandag d. 20. september kl. 12.00 til lhalv@ishoj.dk.

Vil du vide mere? Så tag fat i ledelsen, eller kontakt plejecenterleder Lene Bonde Stürup på mail lenbs@ishoj.dk eller på tlf.: 40108059



Månedens der gik i ord og billeder

Elvis på besøg

I august fik vi besøg af ingen ringere end Elvis der spillede op til dansecafé. Elvis leverede et flot show med godt gang i hofterne.



Månedens der gik i ord og billeder

Sang og glade dage

Tre mandage i august har vi sunget sammen på livet løs i aktivitetscenteret. Udover at være en hyggelig social aktivitet er det også sundt at synge; når man synger bruger man nemlig kroppens muskler og der frigives velværehormoner, også kaldet *endorfiner*.



Månedens der gik i ord og billeder

Glade Toner

I august afholdt vi sangeftermiddag hvor Nicolai fra *Glade Toner* spillede og alle sang med. Det var en hyggelig eftermiddag med musik, så Nicolai vil komme på besøg igen i september, oktober og november.



Aktivitetsoversigt uge 35

DATO OG TID	AKTIVITET	STED	PRIS
Onsdag d. 1/9 Kl. 13.30-14.45	Gæt en sang	Aktivitetscenteret	
Torsdag d. 2/9 Kl. 13.00-15.00	Musikterapeut spiller musik i afd.	C 2 sal.	
Kl.13.30–15.00	Parkinson dans undervisning ved Mette Ørbæk	Aktivitetscenteret	
Fredag d. 3/9 Kl.14.00– 16.00	Banko	Aktivitetscenteret	10 – 20 kr.



Aktivitetsoversigt uge 36

DATO OG TID	AKTIVITET	STED	PRIS
Mandag d. 6/9			
Kl. 13.15-14.45	Glade toner (syng med Nicolai)	Aktivitets- centeret	
Tirsdag d. 7/9			
Kl. 13.30-14.45	Gå tur eller stole hockey	Aktivitets- centeret	
Onsdag d. 8/9			
Kl. 13.30-14.45	Gæt en sang	Aktivitets- centeret	
Torsdag d. 9/9			
Kl. 10.00-14.00	Reporto skosalg	I forhallen	
Kl. 13.00-15.00	Musikterapeut spiller musik i afd.	B 2 sal.	
Fredag d. 10/9			
Kl. 13.00-14.00	Fredagscafé		
Kl. 15.30-17.00	Anette Lolcks Dansetrup laver danseopvisning	Aktivitets- centeret	

Aktivitetsoversigt uge 37

DATO OG TID	AKTIVITET	STED	PRIS
Mandag d. 13/9 kl. 13.30– 14.45	Syng med	Aktivitetscenteret	
Tirsdag d. 14/9 kl. 13.30- 14.45	Stolegymnastik	Aktivitetscenteret	
Onsdag d. 15/9 kl.13.30 – 14.45	Gæst en sang	Aktivitetscenteret	
Torsdag d.16/9 Kl. 13.00-15.00 Kl. 14.00-15.30	Musikterapeut spiller musik i afd. Gudstjeneste	A stuen Aktivitetscenteret	
Fredag d. 17/9 kl.13.00 – 14.00 kl.14.00 – 16.00	Fredags cafe´ Banko	Aktivitetscenteret	10 – 20kr.

Aktivitetsoversigt uge 38

DATO OG TID	AKTIVITET	STED	PRIS
Mandag d. 20/9 kl. 13.30-14.45	Syng med	Aktivitets- centeret	
Tirsdag d. 21/9 Kl. 14.00-15.45	Samtale spil	Aktivitets- centeret	
Onsdag d. 22/9 kl. 13.30-14.45	Gæst en sang	Aktivitets- centeret	
Torsdag d.23/9 Kl. 13.00-15.00	Musikterapeut spiller musik i afd.	C 1 sal	
Fredag d. 24/9 kl. 14.00-16.00	Banko	Aktivitets - centeret	10-20 kr



Aktivitetsoversigt uge 39

DATO OG TID	AKTIVITET	STED	PRIS
Mandag d. 27/9 kl. 13.30-14.45	Syng sammen	Aktivitets- centeret	
Tirsdag d. 28/9 Kl. 14.00-15.45	Gå tur / stole gymnastik	Aktivitets- centeret	
Onsdag d. 29/9 kl. 13.30-14.45	Gæst en sang	Aktivitets- centeret	
Torsdag d.30/9 kl. 11.00-17.00	Tur med partybus. Der er tilmelding til turen. Mere info følger om turen.		



MENU

for Kærbos beboere

Menuplan fra 1. september- 14. september

VELBEKOMME

Dato	Hovedret 1	Hovedret 2	Dessert
Onsdag d. 1.september	Paprikagryde med kylling, jasminris og dagens grønt		Frugtsalat med råcreme
Torsdag d.2.september	Stegt flæsk med kartofler, persillesauce og dagens grønt		Rabarbergrød med sødmælk
Fredag d. 3.september	Forloren hare med kartofler, vildtsauce og dagens grønt	Stegt kalvelever med kartofler, bløde løg, løgsauce og dagens grønt	Is med vafler
Lørdag d. 4. september	Krebinet med kartofler, porresauce og dagens grønt		Røget laks Asparges, cherrytomat og brød
Søndag d. 5.september	Mørbradbøf med kartofler, bløde løg, champignonsauce og dagens grønt		Jordbærtrifli
Mandag d. 6.september	Hvidkålsrouletter med karofler, lys sauce og dagens grønt		Hybensuppe med kammerjunkere
Tirsdag d. 7.september	Benløse fugle med kartofler, skysauce og dagens grønt		Rismelsgrød med kannelsukker
Onsdag d. 8.september	Kogt Høne med kartofler, aspargessauce og dagens grønt		Hønekødssuppe med fyld
Torsdag d. 9.september	Spaghetti med kødsauce, revet parmesanost og dagens grønt		Kærnemælkssuppe med rosiner
Fredag d. 10.september	Stegt kyllingebryst med jasminris, champignonsauce og dagens grønt	Stegt sild med kartofler, persillesauce og dagens grønt	Kirsebærgrød med sødmælk
Lørdag d. 11. september	Medister med varm kartoffelsalat og dagens grønt		Henkogt fersken med æbleskum
Søndag d. 12. september	Braiseret kalvesteg med rødvinsauce, rodfrugtmos og dagens grønt		Blommekage
Mandag d. 13.september	Skinkeschnitzel med kartofler, tomatsauce med timian og dagens grønt		Æbleskiver med syltetøj
Tirsdag d. 14.september	Hakkebøf med bløde løg, kartofler, løgsauce og dagens grønt		Hjemmebagt æblekage med creme fraiche

MENU

for Kærbos beboere

Menuplan fra 15. september 30. september

VELBEKOMME

Dato	Hovedret 1	Hovedret 2	Dessert
Onsdag d. 15. september	Sennepsgryde med kartoffelmos og dagens grønt		Abrikosgrød med sødmælk
Torsdag d. 16. september	Farspindsvin med kartofler, paprikasauce og dagens grønt	Bagt laks med safran, jasminris og dagens grønt	Hønsesalat med ananas, rød peber og flutes
Fredag d. 17. september	Kylling i karry med jasminris og dagens grønt		Mannagrød med kanelsukker
Lørdag d. 18. september	Frikadeller med kartofler, stuede ærter og gulerødder		Tomatsupper med kødboller
Søndag d. 19. september	Glaseret skinke med kartofler flødestuvning, spinat og dagens grønt		Chokolademousse med flødeskum
Mandag d. 20. september	Bulgarsk gullasch med kartoffelmos og dagens grønt	Knuste hjerter med flødesauce, kartoffelmos og dagens grønt	Porresuppe
Tirsdag d. 21. september	Farsbrød med porre, kartofler, skysauce og dagens grønt		Risdessert med mandariner
Onsdag d. 22. september	Kogt flæsk og pølse med brunkål, rugbrød og dagens grønt		Hyldebærssuppe med kammerjunkere
Torsdag d. 23. september	Kogt kalv med kartofler, peberrodssauce og dagens grønt	Hj.røget makrel med stuede kartofler og dagens grønt	Kalvekødssuppe med fyld
Fredag d. 24. september	Nakkekotelet med kartofler æbleporresauce og dagens grønt		Citronfromage med flødeskum
Lørdag d. 25. september	Bankekød med kartoffelmos, skysauce og dagens grønt		Brombærtærte med creme fraiche
Søndag d. 26. september	Stegt svinekam med kartofler, skysauce og rødkål		Blommetrifli
Mandag d. 27. september	Stegt kyllingebryst med kartofler, tomatsauce og dagens grønt	Torsk stegt med svampe, kartofler og lys svampesauce	Risengrød med kanelsukker
Tirsdag d. 28. september	Kødrand med kartofler, stuede ærter/gulerødder og persille		Minestrone
Onsdag d. 29. september	Brændende kærlighed med kartoffelmos og dagens grønt		Abrikosris
Torsdag d. 30. september	Frikadeller med varm kartoffelsalat og dagens grønt		Solbærgrød med sødmælk

Underholdning i Oktober

Den 4/10	Tøjsalg ved "Tøjstativet"
Den 4/10	Krybdyr (med naturcenteret)
Den 5/10	Koncert med Glade toner
Den 7/10	Gudstjeneste (i kirken)
Den 14/10	Koncert med Michael Winkler
Den 25/10	Oktober/tyroler fest
Den 26/10	Bjørn og Bjørn sælger (tasker /punge)

November :

Den 4/11	Koncert med Shubiforsjov
Den 11/11	Gudstjeneste
Den 18/11	Koncert med Glade toner (syng med)
Den 24/11	Koncert med Birthe Kjær

Ishøj Kommune har Omsorgscentret Kærbo og Plejecenter Torsbo, der fungerer som to selvstændige huse, men med fælles ledelse og struktur.

