

JULI 2025

HUSAVIS

**For beboere, pårørende
og personale på
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 02

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

Blok 4. stuen	40 43 25 49
Blok 4. 1. sal	43 57 96 40

Plejhjemsbestyrelsen

Formand: Rene Frank – mail: refr1803@gmail.com

Aktivitets afd.

Aktivitetscentret	21 14 93 63
Frisørsalon	22 60 70 23
Fodterapeut	26 80 85 60

Mail sendes til kærbo@ishoj.dk

Velkommen til juli!

*Du danske sommer, jeg elsker dig,
skønt du så ofte har sveget mig.
Snart kolde farver i sky og vand,
snart nøgne piger ved hver en strand!
Mer, mer, mer
jeg dog dig elsker, hver gang du ler.*
(Thøger Larsen, 1923)

Solen banker på – det samme gør både blæst og regn – og sammen nyder vi den danske sommer.

Vi sidder ude så meget vi kan, og nyder at alt er grønt og frodigt omkring os. I 'Baghaven' er både georginer og tomater ved at tage fat, og vi kan glædes over at se det hele gro.

Jo... der er meget at være taknemmelig for.

Husavisen er fuld af aktiviteter og tilbud, så kom ned og deltag i de fælles tilbud.

Vel mødt, alle!



Ønsker til indhold og/eller kommentarer til Husavisen kan sendes til:
weand@ishoj.dk

OBS!

Det er også her du eller dine pårørende tilkendegiver, hvis du absolut IKKE vil have et foto med i Husavisen.



Mød personalet

I juli kan du i vores interview-side læse om Leyla Ulas, aktivitetsmedarbejder her i huset.

Vil du dele et lykkeligt minde?

Der er nogle øjeblikke i livet, der bare bliver siddende i hjertet. For mig er det helt klart fødslen af mine to piger. Det var øjeblikke fyldt med kærlighed, taknemmelighed og en følelse af, at alt andet omkring mig bare gik i stå. Lige dér vidste jeg, at mit liv havde forandret sig for altid, på den allerbedste måde.

Vil du fortælle en ting om dig selv, andre måske ikke vidste?

Jeg elsker at synge, selvom det måske ikke lyder særlig godt:-) Men det giver mig glæde, og det er min måde at slippe tankerne og finde ro.

Hvad er din yndlingsret – og hvorfor?

Jeg har flere! Flødekartofler er en favorit, men jeg holder også rigtig meget af sarma (også kendt som dolma) – vinblade fyldt med ris og krydderier. Det smager vidunderligt og minder mig om familie og traditioner.

Hvor går din næste ferie hen?

Min næste ferie er ikke helt planlagt endnu, men jeg holder ferie lige om lidt og jeg glæder mig til bare at koble af og nyde dagene.

Hvad gør dig kede af det?

Det gør mig ondt at se eller mærke, når mennesker bliver forskelsbehandlet. Alle har ret til at blive mødt med respekt og medmenneskelighed, uanset hvem man er.

Hvem skal være august månedens medarbejder og hvorfor?

Jeg vælger Sevinç, en elev jeg har haft fornøjelsen af at samarbejde med. Hun har en meget empatisk personlighed, som gør, at hun altid forstår og tager hensyn til både borgernes og beboernes behov. Hun viste en fantastisk evne til at skabe god kontakt med alle, og hendes engagement og omsorg var tydelig i alt, hvad hun foretog sig. Sevinç gjorde virkelig en forskel med sin varme og positive indstilling, som smittede af på hele teamet. Hun fortjener derfor at blive månedens medarbejder for august.



DU KAN STADIG NÅ AT TILMELDE DIG

Smagspanelet

På Kærbo/Torsbo ønsker vi at understøtte et aktivt, sundt og meningsfuldt liv for vores beboere – blandt andet gennem øget involvering i hverdagen.

Derfor opretter vi nu et *smagspanel*, hvor beboere får mulighed for at få medindflydelse på dagens måltider.

Vi håber at få én beboer med fra hver etage, så hele huset bliver repræsenteret.

Som medlem af smagspanelet vil du blive inviteret til 4 møder om året, hvor vi sammen gennemgår menuerne og drøfter de forslag, beboerne har.

Har du lyst til at deltage, kan du melde dig som frivillig hos plejepersonalet.

Første møde vil være den torsdag den 21. august på kl. 11.00.

Køkkenpersonalet ser meget frem til det nye samarbejde og glæder sig til at høre alle jeres gode idéer og input til måltiderne.

Venlig hilsen
Køkkenteamet

VIL DU GERNE TILMELDE DIG?

Fulde navn: _____

Afdeling: _____

Bolig nr.: _____

Denne lap skal afleveres til personalet på din afdeling.

Lises roser



En solvarm formiddag i juni åbnede Lise døren til sin bolig her på Kærbo til en snak om roser, det at passe sin have og glæden ved at nyde en kop kaffe i morgensolen.

Samtidig viste hun sin have frem; en have som oser af hygge og overskud, og som Lise elsker at tilbringe tid i.

”Jeg føler mig heldig”, som Lise siger.

Det at have sin egen plet på jord, som kan nydes med venner og familie – det er – og har altid været vigtigt for Lise.

I 1964 flyttede Lise og hendes mand til Ishøj for at bygge hus på Lærke Allé. Forud for flytningen var gået år med bopæl både inde i København og senere i hus i Avedøre.

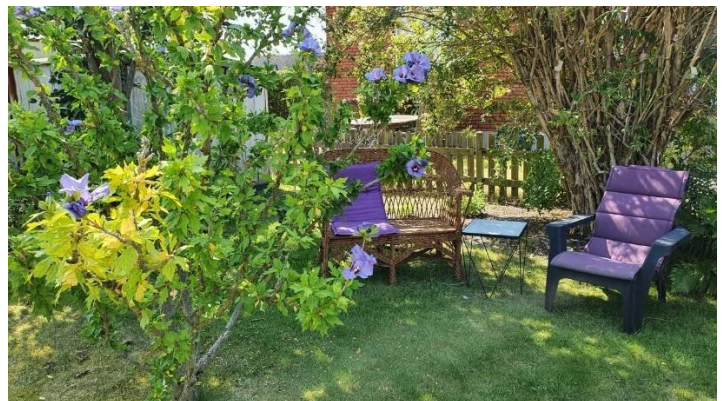
Men tilfældigheder (og et vennepar, hvor manden spillede fodbold i Ishøj) gjorde, at de købte en grund nede ved stranden.

Da huset var bygget, kiggede Lise og hendes mand ud på grunden, som både var stor og helt bar. Og dét skulle der gøres noget ved...

Sammen fulgtes de hen til den lokale planteskole og udvalgte roser til grunden. 3 slags blev det til: dybrøde, gule og sart rosafarvede.

Roserne blev sat hele vejen rundt langs grunden, nu startede Lises livslange glæde ved både roser og at dyrke haven. Roserne blev klippet og haven passet.

”Altså, jeg var ikke vild med at kradse ukrudt væk mellem fliserne”, som Lise fortæller. ”Men det var vigtigt for mig, at det så pænt og ordentligt ud både foran carporten og inde i haven”.



De første år havde Lise og hendes mand lidt jordbær og rabarber, men det var (og er) prydhaven, der står Lises hjerte nær.

Det at kunne gå ud og dufte til haven – kigge til den – og holde den pæn og skøn. ”Det at kunne tage en kop kaffe i hånden og gå ud og kigge til haven, det er fantastisk”, som Lise siger.

Og haven på Lærke Allé blev i sandhed brugt meget. Der blev inviteret gæster til fester og sammenkomster, og et helt liv er levet her.



Nu bor Lise her på Kærbo, og jo ... i starten savnede hun måske nok sin gamle have. ”Men det var altså også et kæmpe arbejde at passe både hus og have i min alder”, som Lise fortæller.

Så hun er lykkelig for sin nye plet jord – som hun og hendes datter Charlotte passer så flot.



”Jeg er glad for Kærbo, her er dejligt at bo. Og personalet er søde og dygtige”, siger Lise

EFTERTANKE

Sommer i Danmark – solskin i sjælen

Nu er det juli og det er højsommer og når sommeren melder sin ankomst i Danmark, er det som om hele landet trækker vejret lidt lettere. Efter lange, mørke vintermåneder bliver lyset, varmen og duften af blomster en kærkommen gave for både krop og sind. Sommeren er ikke blot en årstid – den er en stemning, en følelse, et fællesskab.

I naturen oplever vi en forvandling. Skovene bliver lyse og grønne, markerne gulner med raps, og stranden kalder med bølgeskvulp og is i hånden. Mange danskere forbinder sommeren med minder fra barndommens ferier, campingture og badeture og lune aftener på altanen eller i haven. Det er en tid, hvor vi søger ud i det fri og genfinder glæden ved det enkle liv.

Den danske kultur bærer tydelige præg af sommerens betydning. Grundtvigs sommerhøjskolesange, eller andre såsom Holger Drachmanns ”Midsommervise” eller Jeppe Aakjærs ”Nu er dagen fuld af sang”, alle fylder de stadig mange kirker og forsamlingshuse.

Også nyere traditioner, som Roskilde Festival og Sankt Hans, fejrer lyset og fællesskabet. Sommeren er tiden, hvor vi samles – til musik, til mad, til samtaler under åben himmel. I kunsten er sommeren blevet fortolket af store navne som Skagensmalerne, der forevige det særlige nordiske lys, de lyse nætter og digtere som Halfdan Rasmussen og Tove Ditlevsen, der beskrev sommerens lethed og melankoli. Malerier af badende børn, blomstrende haver og solmodne marker har præget generationers forestillinger om den danske sommer.

For mange ældre danskere vækker sommeren også nostalgi – minder om barndommens lege, ungdommens forelskelser og familiens ferier i sommerhus eller telt. Det er en årstid, hvor fortid og nutid mødes, og hvor glæden ved livet føles lidt større og lidt stærkere. Sommeren i Danmark er mere end bare godt vejr. Den er en fejring af livets lyse sider – en tid, hvor vi mindes, mødes og mærker, at vi lever.

Ja måske kan man sige at sommeren i Danmark er lysets tid som også er håbets tid, en tid der bringer bud om, at det hele jo nok skal ende godt.:

God sommer
Christian, sognepræst



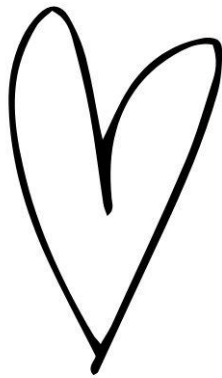


Tirsdag den 24. juni holdt vi grillfest – med båltales, festlig udsmykning, fællessang og herlig mad 😊

**DELTA I
SOMMERKONKURRENCEN**

Fortæl om dit
bedste sommerminde
og vær med i konkurrencen
om en lækker gave.

Frist for aflevering fredag d. 22. august 2025.
Sommermindet afleveres til personalet i
Aktivitetscentret.



**DELTAG I
SOMMERKONKURRENCEN**

NAVN OG BOLIG:

FØDSELSDAGE I JULI



Vi ønsker tillykke til beboerne:

Ida Holgersen den 1. juli

Elly Bæklund Rasmussen den 2. juli

Niels Rechnagel den 4. juli

Dudu Cosan den 6. juli

Robert Henriksen den 10. juli

Dorte Fabricius Nielsen den 22. juli

Lonni Anita Grønbek Holmen den 25. juli

Erik Froskov den 26. juli

Inge Gundsø den 29. juli

Astrid Pehrson den 30. juli

Hurra og stort tillykke!

Vi har taget afsked med:

Karen Margrethe Rasmussen

Som afgik ved døden den 15. maj 2025



Æret være hendes minde

Hovedbrud

				★	FUGL	ØSTRIG	KEND. BOGST.	DYR	ANTI	HALSE	SMALL	FOR- BUDT	GL. KARAK- TER	TONER
				RUM										
				UDEN		STED- NAVN PEP					KØRE ØBO			
				TRÆ			COGNAC- BETEGN. FUG- TIGE			FOR- NAVN LYS			STED- ORD	
				→										FISK
				HOLM		PERIODE FUGL			GRINE BEHOL- DER			DAMP 2 ENS		
★	KREA- TURER	ILT	FILTER	ORKEDE TALORD				LILLE FIN					RUM	
FØDE					SPILLET ETAGE						TAND KANT			
POST- DISTR.		UDEN- LANDSK KIGGE					NÆS DES- SERT					MÅLER STRYGE		
KORT			FOR- NAVN			TANKE				FOR- KERTE				
TROSSE				🔒			RED- SKAB							

NAVN:

BOLIG:

Løsningen afleveres til Wenche senest den 20. juli.

I juni blev den heldige vinder: Dorthé, blok 4, st.

Kom endelig ned og hent din gevinst.

FREDAGSBAR

Beboere, borgere, pårørende, brugere af huset og personale inviteres hermed til
fredagsbar på

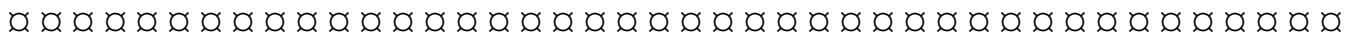
"Den Grønne Plads" fra kl. 13.00-14.30

Kom og byd weekenden velkommen 😊

I juli og august serverer Fredagsbaren øl og sodavand, og vender stærkt tilbage med drinks til september...



Så tag dig selv, en ven, kollega, nabo eller én, du endnu ikke kender, under armen – og nyd nogle hyggelige timer med os.



I 2025 har vi besøg af præsten i vores lokale kirke – Vejleå Kirke - Asta Gyldenkærne

Hun kommer forbi til samvær og samtale:
Hver anden torsdag i lige uger
Mellem klokken 14-16.

Asta kommer og besøger os torsdag den 31. juli.

Hun kommer rundt i huset, så giv meget gerne besked, hvis du ønsker besøg.

AKTIVITETSOVERSIGT – HVAD SKER DER I JULI?

Man. – den 30. juni Kl. 13-14.30	Vi spiller banko – 10 kr. pr plade	Den Grønne Plads
Tirs. – den 1. juli Kl. 13-14.30	Sommersange, hvilke kan du huske (og synge med på?)	OASEN/Baghaven
Ons. – den 2. juli Kl. 13-14.30	Højtlesning – vi finder en bog sammen	OASEN/Baghaven
Tors. – den 3. juli Kl. 13-14.30	Vi spiller Shuffle Board	OASEN
Fre. – den 4. juli Kl. 13-14.30	Fredagsbar	Den Grønne Plads
Man. – den 7. juli	Vi spiller banko – 10 kr. per plade	Den Grønne Plads
Tirs. – den 8. juli Kl. 13-14.30	Musikquiz (med præmie...)	OASEN
Ons. – den 9. juli Kl. 10-11 KL. 13-14.30	MANDEKLUBBEN Hygge i haven	OASEN Baghaven
Tors. – den 10. juli Kl. 13-14.30	Vi spiller Shuffle Board	OASEN
Fre. – den 11. juli Kl. 13-14.30	Fredagsbar	Den Grønne Plads



AKTIVITETSOVERSIGT – HVAD SKER DER I JULI?

Dato og tid	Aktivitet	Sted
Man. – den 14. juli Kl. 13-14.30	Kom og køb is i Baghaven ☺	OASEN/Baghaven
Ons. – den 16. juli Kl. 13-14.30	Højtlesning – sammen vælger vi en tekst	OASEN/Baghaven
Fre. – den 18. juli Kl. 13-14.30	Fredagsbar	Den Grønne Plads
Lør. den 19. juli 13.30-15.30	Banko v/ Frivilliggruppen	Samlingssalen
Man. – den 21. juli Kl. 13-14.30	Har du en yndlingssang? Vi spiller og synger	Baghaven/OASEN
Ons. – den 23. juli Kl. 10-11 Kl. 13-14.30	MANDEKLUBBEN Ordleg – hvor mange ord kan du lave...?	OASEN
Fre. – den 25. juli Kl. 13-14.30	Fredagsbar	Den Grønne Plads
Man. – den 28. juli Kl. 13-14.30	Pandekage-hygge. Kom ned og hyg, det er gratis at deltage.	Køkkenet i Aktivitetscentret
Ons. – den 30. juli Kl. 10-11 Kl. 13-14.30	MANDEKLUBBEN Havehygge	OASEN OASEN/Baghaven
Tors. – den 31. juli Kl. 14-16	Vi har besøg af Asta, vores præst	Rundt i huset
Fre. den 1. august Kl. 13-14.30	Fredagsbar	Den Grønne Plads

Kærbo holder OL-dag

Tirsdag den 26. august mellem 10-15

Kom til en dag fuld af sjov, spås og fællesskab i Samlingssalen

Tag en kammerat under armen, og gå ned i salen og prøv en eller flere ting, du ikke vidste du kunne :)

Find en god plads, og se når personalet agerer på slap line!

Vi har delt dagen op i forskellige aktiviteter, som ikke kræver tilmelding, så kom og prøv:

Kl. 10-11: kørestolsræs

Kl. 11-12: ringridning på løbehjul

Kl. 12-13 – fælles frokost for alle – i salen (tilmelding til frokost sker hos personalet på afdelingen)

Kl. 13-14: ægge løb med bordtennisbolde

Kl 14-15: sandsækkekast

Og alt det andet sjove, vi finder frem til på dagen :)

Det er et 'kom og gå-arrangement' ...

Frokostmenu på dagen:

- Marineret kylling
- Grillpølser
- Kartoffelsalat m pesto
- Couscous salat
- Tomatsalat m feta
- Blandet grøn salat
- Flute
- Ramsøgssmør med hvidløg
- ketchup- sennep-remoulade-ristede løg

**Gratis for
plejehjemsbeboerne**

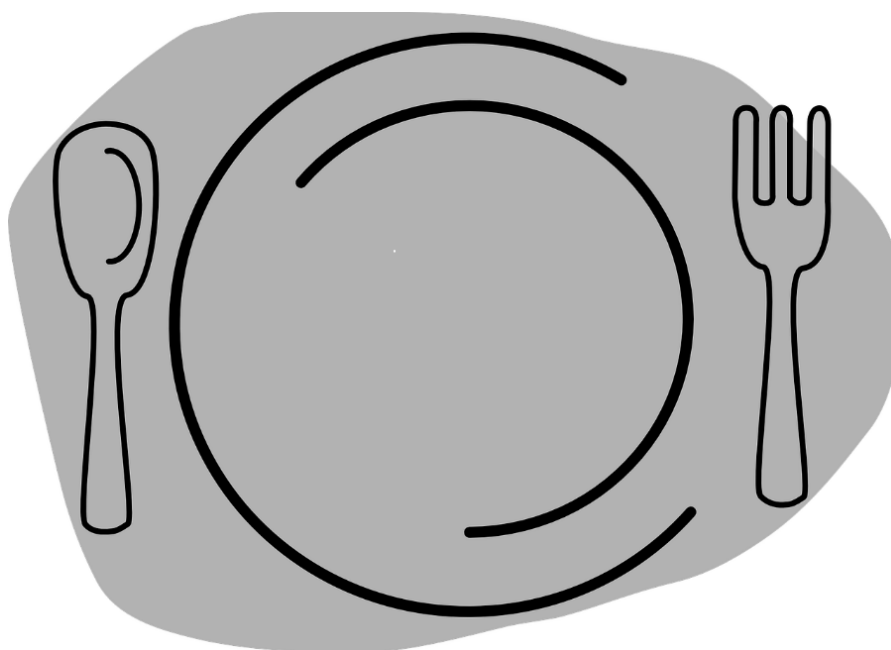


Madplan for juli måned



Dato	Dag	Hovedret	Biret
01-07-2025	Tirsdag	Kalvefrikasse m/kartofler	
02-07-2025	Onsdag	Marineret kalkunbryst m. pastasalat	
03-07-2025	Torsdag	Dagens fisk	
04-07-2025	Fredag	Kylling i karri m/ ris	
05-07-2025	Lørdag	Millionbøf m/mos	Is m/chokoladesauce og jordbær
06-07-2025	Søndag	Pølser m/kold kartoffelsalat	Jordbærkoldskål m/kammerjunker
07-07-2025	Mandag	Glaseret skinke m. flødekartofler	
08-07-2025	Tirsdag	Kogt høne i sur/sød sauce og kartofler	
09-07-2025	Onsdag	Frikadeller m/kartofler og stuvet sommerkål	
10-07-2025	Torsdag	Dagens fisk	
11-07-2025	Fredag	Hønsekødsuppe m. fyld	
12-07-2025	Lørdag	Pasta m. kødsovs	Friske jordbær m. fløde
13-07-2025	Søndag	Kalkungryde m/ris	Pandekager m/syltetøj
14-07-2025	Mandag	Herregårdsbøf m/bådkartofler og bearnaise	
15-07-2025	Tirsdag	Medister m/varm kartoffelsalat	

16-07-2025	Onsdag	Høns i asparges m/kartofler	
17-07-2025	Torsdag	Dagens fisk	
18-07-2025	Fredag	Tomatsuppe m/hjemmelavede kødboller	
19-07-2025	Lørdag	Paprikagryde m/kylling	Frugtsalat m/chokoladesauce
20-07-2025	Søndag	Gullasch m/mos	Fløderand m/syltede jordbær
21-07-2025	Mandag	Italiensk lasagne	
22-07-2025	Tirsdag	Urtebiksemad m. bearnaisesauce	
23-07-2025	Onsdag	Græske frikadeller m/tzatziki og stegte kartofler	
24-07-2025	Torsdag	Dagens fisk	
25-07-2025	Fredag	Helstegt nakkefilet m/stegte kartofler og champignonsauce	
26-07-2025	Lørdag	Boller i karry m/ ris	Ymerkoldskål
27-07-2025	Søndag	Brændende kærlighed m/mos	Trifli
28-07-2025	Mandag	Stegt kylling m. pastasalat	
29-07-2025	Tirsdag	Stegt flæsk m/persillesauce og kartofler	
30-07-2025	Onsdag	Chili con carne m/couscous	
31-07-2025	Torsdag	Dagens fisk	



Hvad sker der i august?

26. august – OL-arrangement for hele huset

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



Plejecentrene Torsbo og Kærbo
Center for Voksne og Velfærd