

Maj 2023

HUSAVIS

**For beboere og pårørende
Plejecenter Kærbo**



Ellen Nielsen©

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

Aktivitets afd.

Aktivitetscenteret	43 57 96 04
--------------------	-------------

Frisørsalon	22 60 70 23
Fodterapeut	26 80 85 60

Mail sendes til kærbo@ishoj.dk

Lederens fortælling

Så er det blevet forår, og den første eftermiddagskaffe er snart klar til at blive nydt i vores smukke gårdhaver.

Buske og træer springer ud og solen skinner – det er en dejlig lys tid, vi går i møde.

Vores plejehjemsleder for Kærbo / Torsbo Lene Bonde Stürup er stoppet efter 3 år i Ishøj, så vi er i gang med at finde en ny kandidat til posten.

I de næste par måneder er Heidi Djurhuus og Heidi Prip blevet konstitueret plejehjemsledere, så Kærbo / Torsbo kører videre i samme spor.

Vores nye indretning i fællesområderne er nu ved at være færdig – og rummene bliver allerede flittigt benyttet.

Vores smukke akvarium og små hyggekrege er allerede blevet meget populære.

Nyd forårets komme!

/Heidi Prip og Heidi Djurhuus



Kærbo danser – fortsat!

Kære alle

HUSK at vi stadig mødes hver mandag eftermiddag
kl. 13.30-14.30 i Samlingssalen.
til ”Kærbo Dans” ...



Lad os få nogle gode oplevelser.
Så kom, dans og vær glad.

Vel mødt!

Hermed en hilsen fra vores nye køkkenleder

Hej alle sammen

Jeg hedder Kim og er 49 år gammel. Jeg er startet på Kærbo og Torsbo som køkkenleder med ansvar for køkkenteam og rengøringsteamet.

Jeg bor lidt uden for Køge, i den lille by Vemmedrup.

Jeg blev uddannet kok i 2020, og jeg brænder virkelig for at lave lækker og velsmagende mad.

Jeg bor i et hus, som min kone og jeg renoverede i små 5 måneder, inden vi flyttede ind. Jeg er lidt af en ”gør det selv mand”. Jeg har ingen børn, kan rigtig godt lide at rejse, specielt de lidt mere aktive ferier. Jeg nyder at opleve forskellige kulturer, og al det lækre mad, det fører med sig.

Jeg kan godt lide at bruge min krop fysisk, derfor dyrker jeg forskellige former for motion. Hvis I møder mig i all lycra cykeltøj på gangene, er det fordi jeg har brugt jernhesten som transportmiddel den dag 😊

Jeg glæder mig rigtig meget til et godt samarbejde med alle mine nye kollegaer, beboere og samarbejdspartnere her på Kærbo & Torsbo. Jeg startede den 15. marts 2023, indtil videre er der blevet taget rigtigt godt imod mig.

Vi ses nok på gangen en dag 😊

VH

Kim Kruse



Hvem var det, der vandt idag?

Kender du følelsen af at have satset ALT – kæmpet hårdt - for så at vinde kampen?

Det var dét, der skete for C 2. sal da de, med et enkelt ord, vandt over Dagheimmet i den hårde dyst "Ordleg".

"Ordleg" er motion for hjernen. Det er sjov og hyggeligt samvær.

Ideen er, at man skal forsøge at danne så mange forskellige ord ud af det valgte, som overhovedet muligt.

I vores tilfælde brugte vi ordet: SPECIALLÆGEPRAKSIS, og fik ved fælles hjælp dannet 267 nye ord.

Hvad siger I så? 267 nye ord mod Dagheimmets 266.

På billedet står den hårde, men generøse dommer og våger over ordene.

Lise-Lotte fik lavet både struktur og overblik, og guidede os trygt til sejr!

I siger bare til, hvis I er friske på en ordlegs-dyst....

Lise-Lotte & Wenche





Hvem ka´? - vi ka´ - lide KIKSEKAGE!

På talrige opfordringer er der igen blevet lavet kiksekage her på Kærbo.

En onsdag i april kickstartede vi påsken med hyggeligt samvær – og over kaffen fik vi en snak om, hvad dagene i påsken i virkeligheden handler om? Hvorfor langfredag er så lang og påskelørdag er et glædeligt mirakel.

For første gang siden de nye møbler er kommet til, kunne vi fylde Den Grønne Plads. Alle var glade (og en lille smule mætte). Kiksekage lægger sig tungt i maven...

Kiksekagen skabte - som tidligere – stor begejstring, så vi vælger at løfte sløret for vores fabrikshemmeligheder, og deler hermed opskriften.

Opskrift på kiksekage

3 hele æg – pasteuriserede

125 gram kakao

200 gram flormelis

250 gram palmin

225 gram forkantede vaniljekiks

Saft af appelsin (det du selv vurderer er passende)

Æg, flormelis og kakao piskes sammen.

Palminen smeltes over svag varme og afkøles let.

Den afkølede palmin og kakaomassen piskes sammen.

Tilsæt evt. reven skal af ikke-sprøjtet appelsin.

I en bageform med bagepapir lægges nu et lag kakaomasse skiftevis med kiks. Der skal startes og sluttes med kakaomasse.

Kagen sættes til afkøling i køleskabet, og er klar til servering.

Kagen kan varieres ved at tilsætte smag efter ønske, fx kaffe, citron eller Grand Marnier. Har man ikke firkantede kiks, kan de runde brækkes i nogle stykker (ikke knuses), og blandes i, hertil kan man også tilsætte nødder.



Forårsfest

Fredag den 12. maj
kl. 11.30-14.30
i Samlingssalen

Så er der fest med lækker mad og hyggelig stemning.

Kom du glad og husk dit gode humør, så skal vi nok sørge for nogle hyggelige omgivelser.

Prisen for denne fest er 150 kr.

Billetterne kan købes nede I Aktivitetscentret hos Eva og Lene
fra den 17. april til den 8. maj.



Vil du også have besøg af en hund?

Husk at vi har en aftale med Trygfondens Besøgshundeordning.

Så hvis du/I ønsker besøg af en hund – hvad enten den er stor eller lille - om den skal besøge dig inde i din bolig eller i opholdsstuen - så send dit ønske til Elisabeth på elisb@ishoj.dk eller skriv en seddel og aflever den på kontoret i Aktivitetscentret.

Så vil hun forsøge at skaffe besøg til alle, som ønsker det.

En besøgshund følges altid med sin ejer, og begge har gennemgået en uddannelse og bestået en test, inden de kommer på besøg.

Hvordan ved du, om en besøgshund er en del af TrygFonden Besøgshunde?
Kig efter det orange tørklæde - det står for omtanke for hundens trivsel og borgerens tryghed.



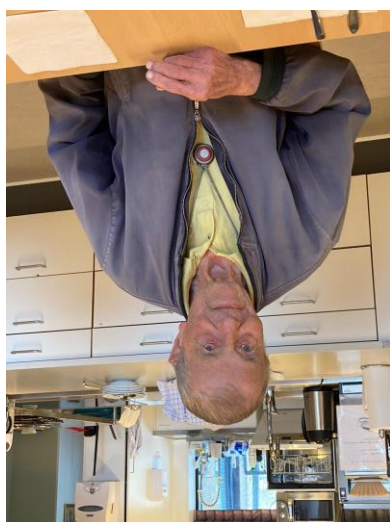
Vidste du at?

Om aftenen den 4. maj 1945 kunne den danske radiospeaker Johannes G. Sørensen via BBC's dansksprogede nyhedsudsendelse meddele den danske befolkning, at de tyske tropper i Danmark havde overgivet sig. Fem års tysk besættelse var slut. Meddelelsen kom midt i den normale nyhedsudsendelse kl.

ca. 20.35, hvor Johannes G. Sørensen blev afbrudt i nyhedsoplæsningen og fik overbragt beskeden. Efter en kort pause vendte han tilbage til mikrofonen og viderebragte budskabet. Befrielsesbudskabet udløste glæde og begejstring over hele landet. Folk strømmede ud på gaderne og fejrede befrielsen, rev mørklægningsgardinerne ned og tændte lys i vinduerne, selvom kapitulationen egentlig først trådte i kraft den 5. maj klokken 8 om morgenen.

Finn fra C, 2. sal fortæller at folk gik gennem Istedgade med flag og fakler for at fejre det, hvilket stadigvæk idag er en tradition. Mørklægningsgardiner blev flået ned og smidt på gaden.

Den 5. maj fik alle fri fra skole.



Hovedbrud

Aktivitetsoversigt uge 18

DATO OG TID	AKTIVITET	STED	PRIS
Mandag d. 1/5	Aktivitetscentret er lukket		
Tirsdag d. 2/5 Kl.10.30-11.30	Rollatorbanden går tur	Torvet	
Kl. 13.30-14.45	Der er desværre ingen aktivitet denne eftermiddag		

Onsdag d. 3/5 Kl. 13.30-14.45	Samtalecafé: løst og fast ...	Den Grønne Plads	
Torsdag d. 4/5 Kl. 13.30-14.45	Musikalsk ønskebrønd	Den Grønne Plads	
Fredag d. 5/5	Lukket pga. helligdag		

Aktivitetsoversigt uge 19

DATO OG TID	AKTIVITET	STED	PRIS
Mandag d. 8/5 Kl. 13.30-14.45	”Kærbo Dans”	Samlings- salen	
Tirsdag d. 9/5 Kl. 10.30-11.30 Kl. 10.00-16.00 Kl. 13.30-14.45	Rollatorbanden går tur Jysk Tøjsalg Shuffleboard	Torvet Den Grønne Plads	
Onsdag d. 10/5 Kl. 13.30-14.45	Vi quizzer, hvem vinder?	Den grønne Plads	
Torsdag d. 11/5 Kl. 09.30-11.00	Elever fra Ådalens Privatskole kommer og synger med os	Den Grønne Plads	
Fredag d. 12/5 Kl. 13.30-14.45	Forårsfest - tilmelding i Aktivitetscentret	Samlings- salen	Pris 150 kr.

Aktivitetsoversigt uge 20

DATO OG TID	AKTIVITET	STED	PRIS
Mandag d. 15/5 Kl. 13.30-14.45	”Kærbo Dans”	Samlings-salen	
Tirsdag d. 16/5 Kl. 10.30-11.30	Rollatorbanden går tur	Torvet	
Kl. 13.30-14.45	Vi spiller petanque	Petanque-banen	
Onsdag d. 17/5 Kl. 10.00-14.00	Tøjstativet	Torvet	
Kl. 13.30-14.45	Samtale- og dialogkort	Den Grønne Plads	
Torsdag d. 18/5	Lukket pga. helligdag		
Fredag d. 19/5 Kl. 13.30-14.45	Film: Badehotellet	Den Grønne Plads	

Aktivitetsoversigt uge 21

DATO OG TID	AKTIVITET	STED	PRIS
Mandag d. 22/5 Kl. 13.30-14.45	”Kærbo Dans”	Samlings-salen	
Tirsdag d. 23/5 Kl. 10.30-11.30	Rollatorbanden går tur	Torvet	
Kl. 13.30-14.45	Kom og spil bold!	Den Grønne Plads	
Onsdag d. 24/5 Kl. 13.30-14.45	Det er Hundens Dag – Vi holder hunde-salon	Den Grønne Plads	
Torsdag d. 25/5 Kl. 10.00-14.00	London Tøj	Torvet	
Kl.13.30-15.00	Gudstjeneste	Samlings-salen	
Fredag d. 26/5 Kl. 13.30-14.45	Vi spiller banko	Den Grønne Plads	10-20 kr.

Aktivitetsoversigt uge 22

DATO OG TID	AKTIVITET	STED	PRIS
Mandag d. 29/5	Lukket pga. helligdag		
Tirsdag d. 30/5 Kl.10.30-11.30	Rollatorbanden går tur	Torvet	
Kl. 13.30-14.45	Vi går en tur ud i det blå ..	Forhallen	
Onsdag d. 31/5 Kl. 13.30-14.45	Ordleg – hvem kan finde flest?	Den Grønne Plads	
Torsdag d. 1/6 Kl. 13.30-14.45	Gæt en sang!	Den Grønne Plads	
Fredag d. 2/6 Kl. 13.30-14.45	Vi spiller banko	Den Grønne Plads	10-20 kr.

Der tages forbehold for løbende ændringer i husavisen, da aktivitetsplanen kan ændres efter behov.

MENUPLAN (FRAVALG BIRET) grundplan

MAJ 2023

Café ~~Kærbø~~ Grundplan

Nr. : 1976

Telefon : 110

Gip : 110

Kosttype : Normal kost

Periode : 1/05/2023 31/05/2023

Forebehold for ændring

Hovedret 1

Hovedret 2

Biret

Side 1

MAN	☐ Blomkålsgratin	☐	Tomatsuppe mv/ kødboller
1	☐ kart. mos, smørsauce, dagens grønt		
TIR	☐ Kogt høne	☐	Ris enyælling kanelsukker
2	☐ kartofler, sur/sød sauce, dagens grønt		
ONS	☐ Hamburgerryg	☐	Hønseskødssuppe fyld
3	☐ kartofler, grønlangkål, dagens grønt		
TOR	☐ Stegt flæsk, kartofl,	☐	Æbletærte med cremefraiche
4	☐ persillesauce, dagens grønt		
FRE	☐ Hakkebøf, bløde løg	☐	Henkogt fersken peachmelba creme
5	☐ kartofler, løgsauce, dagens grønt		
LØR	☐ Lasagne, flutes	☐	Karrysuppe rejer
6	☐ dagens grønt		
SØN	☐ Mørbradbøf, kartofler	☐	Ymerfromage rabarbersauce
7	☐ bløde løg, champignonsauce, dagens grønt		
MAN	☐ St. kylling, kartofler	☐	Frugtdessert
8	☐ appelsinsauce, dagens grønt		
TIR	☐ Frikadeller	☐	Skinkesalat cherrytomat, flutes
9	☐ kold kartoffelsalat, dagens grønt		
ONS	☐ Sennepsgrøde	☐	Rabarbersuppe cremefraiche
10	☐ kartofler, dagens grønt		
TOR	☐ Paprikagrøde med	☐	Hindbærrød sødmælk
11	☐ squash og røget paprika		
FRE	☐ Brændende kærlighed	☐	Pæretærte Flødeskum
12	☐ kartoffelmos, dagens grønt		
LØR	☐ Græsk farsbrød	☐	Sveskegrød sødmælk
13	☐ kartofler, skysauce, dagens grønt		
SØN	☐ Bræiseset, svinekæbe	☐	Appelsinfromage flødeskum, chokolade
14	☐ skysauce, rodfrugtmos, dagens grønt		

MENUPLAN (FRAVALG BIRET) grundplan			MAJ 2023	
			Biret	Side 2
Hovedret 1			Hovedret 2	
MAN	☐ Boller i selleri	☐	Biret	
15	☐ Jasminris, persilledrys, dagens grønt	☐	Røget laks asparges, cherrytomat,brød	
TIR	☐ Kylling i karry	☐	Æbledessert	
16	☐ Jasminris, dagens grønt	☐		
ONS	☐ Sprenget svinekam	☐	Spidskålssuppe	
17	☐ kart, aspargesauce, dagens grønt	☐		
TOR	☐ Bøf lindstrøm	☐	Pandekager [jordbær syltetøj]	
18	☐ kartofler, champignonsauce, dagens grønt	☐		
FRE	☐ Bankedød	☐	Rismelsgrød kanel sukker	
19	☐ kartofler, skysauce, dagens grønt	☐	Rabarbergrød med sødmælk	
LØR	☐ Frikadeller	☐	Chokolademousse flødeskum	
20	☐ varm kartoffelsalat, dagens grønt	☐		
SØN	☐ Hamburgerryg	☐	Champignonsuppe kødboller	
21	☐ kartofler, sluyed spinat, dagens grønt	☐	Henkogt fersken æbleskum	
MAN	☐ Æggekage	☐	Rabarbersuppe cremetraiche	
22	☐ rugbr, tomat, purøg, bacon	☐	Frugtsalat chokoladedrys	
TIR	☐ Krebinet, kartofler	☐	Kalvekødssuppe med tyld	
23	☐ sluy æbler og gulrødder	☐	Kæmemælkskoldsskål kammerjunker	
ONS	☐ Fungilis yndlingsret	☐ Hjertegullash		
24	☐ kartoffelmos, dagens grønt	☐		
TOR	☐ Kogt kalv	☐		
25	☐ kartofler, sur-sød sauce, dagens grønt	☐		
FRE	☐ Kotelet i fad m/	☐		
26	☐ løse ris, dagens grønt	☐		
LØR	☐ Biksemad	☐		
27	☐ Bearmaisesauce, dagens grønt	☐		
SØN	☐ Sommerkamsteg m/	☐		
28	☐ krydderurter, kartofler, skovsvampesauce	☐		
MAN	☐ Pasta med kødsauce	☐		
29	☐ revet parmesanost, dagens grønt	☐		
TIR	☐ BBQ mar. spareribs	☐		
30	☐ kartofler, BBQ sauce , dagens grønt	☐		
ONS	☐ Paprikagryde	☐		
31	☐ m/ kylling, kartoffelmos, dagens grønt	☐		
Forebehold for ændring				

Kundent: 00001976

Grp: 0110

Underholdning i fremtiden

Juni

D. 1/6	Tøj Lotte
D. 2/6	Modeshow (Lotte tøj)
D. 8/6	Koncert med Opsang
D. 15 /6	Gudstjeneste i Vejleå Kirke
D. 21/6	Isens dag

**Der tages forbehold for løbende ændringer i husavisen,
da aktivitetsplanen kan ændres efter behov.**

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

