

MAJ 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: Bent Messerschmidt – messer2635@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 maj!

Kom, maj, du søde, milde!
gør skoven atter grøn,
og lad ved bæk og kilde
violen blomstre skøn.
Hvor ville jeg dog gerne,
at jeg igen den så!
Ak, kære maj! hvor gerne
igen i marken gå.

I maj kan vi se frem til en både underholdende og informativ uge, når der i uge 19 bliver afholdt Demensuge. Kig i programmet (midtersiderne) og find spændende ting at se, røre, høre og være med i.

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 maj kan du i vores interview-side læse om Sabah Charradi fra rengøringen her på Kærbo.

Kære Kathrin

Tusind tak for udnævnelsen som maj måneds medarbejder - det er jeg meget beæret af.

Vil du dele et lykkeligt minde:

- Et af mine lykkeligste minder er fra min sidste rejse med Familien. Vi havde nogle fantastiske dage sammen, hvor vi virkelig nød hinandens selskab, lavede mad sammen, grinte og fik skabt nogle vidunderlige minder jeg altid vil værne om.

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

- Noget om mig selv folk måske ikke ved hvad er, er at jeg er så glad for mit arbejde, jeg føler at medarbejderne er en del af min familie fordi vi har det godt med hinanden, og fordi vi tager hensyn til hinanden og skaber vidunderlige minder.

Hvad er din yndlingsret - og hvorfor?

- Min yndlingsret er couscous som er en marrokansk ret. Grunden til dette er min yndlingsret er fordi det selvfølgelig smager godt, men det vigtigste er at det minder mig om mine rødder og familiemiddage fyldt med varme og kærlighed hver fredag som vi altid spiste hver fredag i Marokko.

Hvor går din næste ferie hen?

- Min næste ferie skal helt sikkert være et dejligt og varmt land med flotte bydele, flot natur og sidst men ikke mindst en dejlig strand. Jeg glæder mig virkelige meget til at rejse sammen med min skønne familie.

Hvad gør dig ked af det:

- Noget der gør mig ked af det er når folk bliver behandlet uretfærdigt eller føler sig udenfor. Der gør ondt at se.

Hvem skal være juni måneds medarbejder? Og hvorfor?

Jeg vil gerne nominere Zinije Rustemi Feim – fra kontoret. Hun er altid venlig, hjælpsom og spreder god stemning omkring sig. Det sætter jeg virkelig stor pris på i hverdagen.



SHOWTIME KONCERT

Hør hits med patina

I Samlingssalen

Torsdag den 22. maj 2025

Kl. 13-14.15

Showtime er skabt med hjertet og dedikeret til at bringe glæde gennem musik og fællesskab. De leverer et veltilrettelagt show med et humoristisk lune. De stræber efter at vække følelser og minder gennem musikken, hvor både ældre nostalgiske og nyere klassikere kan nydes.



KOM OG SYNG MED ANNE-MARIE OG KRISTIAN

Grillaften for alle kvinder

Kære kvinder i aktivitetscentret, daghjemmet og plejehjemmet

Vi inviterer jer til en hyggelig grillaften foran aktivitetscentret
den 11. juni 2025, kl. 16:00 - 20:00.

Vi griller lækre **tyrkiske köfte ekmek** – en velsmagende sandwich med krydrede kødboller, grønt og dressing. Hvis vejret er med os, spiser vi ude – ellers finder vi en hyggelig plads indendørs.

Pris: 50 kr. pr. person for deltagelse.

Tilmelding: Senest 30. maj 2025, i aktivitetscentret hos Leyla.

Kom og vær med til en afslappet og festlig aften, hvor vi nyder god mad og godt selskab! Vi glæder os til at skabe en uforglemmelig aften sammen med dig.

Tilmelding er nødvendig – så husk at sikre dig en plads inden den 30. maj.
Vi ses til en skøn grillaften for alle kvinder!



EFTERTANKE

Langsomhedens filosofi

I en verden præget af acceleration og konstante krav om effektivitet, har langsomhedens filosofi vundet stigende opmærksomhed som en nødvendig modbevægelse.

Filosofien bygger på idéen om, at langsomhed ikke er ensbetydende med ineffektivitet, men tværtimod kan være vejen til dybere forståelse, bedre livskvalitet og mere meningsfulde relationer.

Jeg har hørt om en forfatter der argumenterer for, at vi som samfund har brug for at genopdage værdien af at sætte tempoet ned. Dette handler ikke om at afvise fremskridt eller teknologi, men om at genvinde kontrollen over tid og opmærksomhed. I stedet for konstant at haste videre til det næste, inviterer langsomhedens filosofi os til at være til stede i øjeblikket og nyde det, vi gør.

Langsomhedens filosofi har rødder i flere kulturelle og filosofiske traditioner. I zenbuddhismen er opmærksomhed og nærvær centrale elementer, og i kristendommen og den danske højskoletradition findes der ligeledes et fokus på fordybelse og refleksion som vigtige aspekter af dannelse. Begrebet "at tage sig tid" er centralt – ikke kun som et praktisk valg, men som en livsindstilling.

Det er vigtigt at huske: At tid får du aldrig- tid skal du tage dig!

Et konkret udtryk for filosofien ses i slow food-bevægelsen, der opstod i Italien som reaktion på fastfoodkulturen. Her handler det om at værdsætte råvarer, smag og det sociale fællesskab omkring måltidet. På samme måde taler man i dag om slow living, slow travel og endda slow education – alle med det fælles mål at skabe mere bevidste og bæredygtige livsformer.

Langsomhedens filosofi er ikke et kald til dovenskab, men en påmindelse om, at det gode liv ofte findes i pausen, i eftertænksomheden og i evnen til at være til stede. I en tid hvor mange kæmper med stress og udbændthed, kan denne filosofi måske være en kærkommen kilde til balance og mening.

Christian, sognepræst

FØDSELSDAGE I MAJ



Vi ønsker tillykke til beboerne:

Hanne Elmstrøm den 1. maj
Marianne Sørensen den 4. maj
Sonja Emma Frank den 7. maj
Erik Frederiksen den 7. maj
Thimotheus van Schalkwijk den 8. maj
Karin Sandholm den 16. maj
Songül Alsac den 17. maj
Mogens Holsøe den 17. maj
Karen Wenia Jensen den 21. maj
Rita Ingrid Gleitze Andersen den 27. maj
Johnny Alsted Pedersen den 30. maj
Johnny Sørensen den 30. maj

Hurra og stort tillykke!



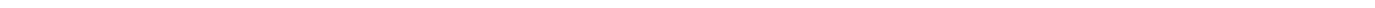
Vi har taget afsked med:

Inger Heidenheim Christoffersen
Som afgik ved døden den 22. marts 2025

Else Kruse Larsen
Som afgik ved døden den 28. marts 2025



Æret være deres minde



VIL DU DELE DIT BEDSTE MINDE?

NAVN:



Aktivitetscentret sætter fokus på Demensugen i uge 19

Vi glæder os til at markere Demensugen med en række spændende aktiviteter, der fremmer viden og samvær omkring demens. Hele ugen vil der være mulighed for at deltage i forskellige aktiviteter og få indsigt i, hvordan vi bedst kan støtte mennesker med demens i deres hverdag.

Hvad sker der i Demensugen?

- **Sansekasser foran kontoret**

Ugen igennem vil der være sansekasser, med sjovt og forskelligartet indhold. Så kom og prøv at gætte – og vær med i konkurrencen om en lækker gave. Vinderen får direkte besked, når ugen er omme.

Sidste frist for deltagelse: **fredag d. 9. maj kl. 14:00.**

- **Kreativ workshop – mal på fælles lærred – foran kontoret**

Kom og vær med til at male på et fælles lærred, hvor du kan skabe noget, der bringer minder frem fra gamle dage – noget, du elsker at huske. Det er en sjov og kreativ måde at dele dine minder med andre. Fællesmaleriet vil senere blive udstillet i huset.

Workshoppen finder sted hele ugen foran kontoret.

Alle er velkomne – uanset erfaring med pensel og farver. Vi glæder os til at se, hvad vi kan skabe sammen!

- **Erindringsrum i Oasen – åbent hele ugen!**

Besøg vores Erindringsrum i Oasen, hvor vi skaber en atmosfære af 70'erne, der vækker minder og inspirerer til samtaler om tidligere oplevelser.

- **Hold øje med informationsmateriale**

Rundt omkring i huset – i elevatoren, på kontoret, i aktivitetscentret, Dagshjemmet og på gangene – finder du informationsmateriale om demenssymbolet.

Tag gerne et øjeblik til at kigge med – og bliv klogere på, hvad symbolet betyder, og hvorfor det gør en forskel i hverdagen.

- **Skriv dit bedste minde**

Aktivitetsmedarbejderne deler papir ud til alle i huset, så man kan skrive og dele sit bedste minde. Sedlerne vil blive hængt op i indgangen på Kærbo.

- **Forskellige aktiviteter hver dag**

Vi har planlagt aktiviteter for alle målgrupper, så der er noget for alle at deltage i.

Kom og vær med til at markere Demensugen

Sammen skaber vi opmærksomhed, viden og samhørighed.

Vi glæder os til at se jer!



Aktiviteter i Demensugen

Mandag:

Tag en tur tilbage til 1970'erne, når vi afholder Demensbio i Samlingssalen for alle, kl. 13:00 - 14:30.



Tirsdag:

Foredrag, motion og hjerne-træning i Samlingssalen for alle, kl. 10:30 – 11:30.

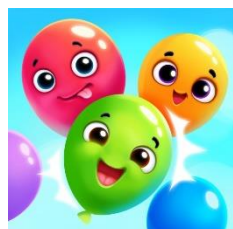


Erindringssang for alle beboere i Oasen, kl. 12:30 – 13:15.



Onsdag: "5 ting som du ikke vidste om Ishøj."

Foredrag med Steen Skovhus fra Thorslunde-Ishøj Lokalhistoriske Forening. For alle, kl. 13 i Samlingssalen.



Torsdag: Elektrisk ballonjagt for alle, i tidsrummet kl. 13:00 – 14:30. Aktiviteten foregår i rummet overfor kopimaskinen. Tag på elektrisk ballonjagt (og gør dig fortjent til lidt sødt).

Fredag: Vi inviterer til en hyggelig eftermiddag for alle – med erindringscafé i aktivitetscentret og fredagsbar på den Grønne Plads kl. 13 – 15:00. Kvindegruppen donerer kage, som sælges på dagen. Overskuddet fra dagens salg går til indkøb af materialer til demenstæpper til beboerne på Kærbo.



Kom og vær med til at støtte en god sag og nyde fællesskabet!



Vi fejrer 1. maj på Kærbo med en hurtig konkurrence

Brug dagene omkring kampdagen på at hygge med et krea-projekt sammen med andre – borgere og kolleger - der også synes at Arbejdernes Internationale Kampdag og krea-projekter er sjovt (Plakat er udleveret, ellers kom og hent en hos Wenche)

FØRSTE MAJ 2025

Lav en plakat med ord, billeder, tanker og ønsker.
Hvad vil DU kæmpe for? Du kan hente pap, lim og blade at klippe i nede i Aktivitetscentret (hos Wenche)



PLAKATEN SKAL AFLEVERES SENEST 2. MAJ - OG BLIVER HÆNGT OP I OASEN

**Mandag den 26. maj fejrer vi
Hans Majestæt Kong Frederik 10. af Danmark**

**Der vil blive serveret varm kakao og lagkage
i Samlingssalen
Kl. 13
(Pårørende og gæster kan købe herligheden for 20 kr.)**



Mors dag – søndag den 11. maj

Her er et billede af min mor med mig på armen – på en tur til Norge - da jeg var omkring et år.

Vi var taget på ferie for at besøge den norske del af familien (min mor var norsk, hun blev født i den lille by Kapp ved Norges største sø Mjøsa.) Hendes forældre, mine bedsteforældre, boede i et lille hvidt træhus med en stor træveranda (fuldstændig som Pippis hus), med lokum i gården, en kæmpe urte- og frugthave og høns og grise.

Jeg mistede desværre min mor i en meget ung alder, men jeg får at vide at jeg ligner hende meget. Jeg ved i hvert fald at jeg har hendes sind ... /Wenche



Vidste du at:

Den første gang Mors Dag blev markeret i Danmark var søndag den 12. maj 1929, hvor ideen blev præsenteret en blomsterudstilling i Forum i København. Siden er dagen blevet holdt hvert år den 2. søndag i maj. Ligesom i USA blev der efterhånden udviklet særlige produkter, specielt beregnet til at blive solgt i forbindelse med Mors Dag. De kendteste er måske de særlige "Mors Dag"-platter med blå dekoration, som er blevet udgivet siden 1969 og forestiller en dyremor med sine unger.



Hovedbrud

I HVILKEN VAMPYR-FILMSERIE KAN MAN SE ROBERT PATTINSON I ROLLEN SOM EDWARD CULLEN?			TAND	LØRDAG & SØNDAG	STED-ORD	HVI-LEDE	HELT	GRAM			HÆLDER
											
	TØ	FRI-STED	KÆR-TEGNE TO ENS		SPISTE HOVED-STAD				LAPPER		
											
MIKS BROR						GRINE DYR			VENLIG RETNING		
			EMNE VOKSE					KAMP			
SPILLET											
TON		FRELSTE GRAM			VIRKE				DUKKE-DRENG FØR F		
BANDE-LEDER							DRYPPE				

NAVN:

BOLIG:

Løsningen afleveres til enten Lise-Lotte eller Wenche senest den 19. maj.

**I april blev den heldige vinder:
Kirsten fra Hus A, stuen**

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.

Månedens drink i maj er en Caipirinha



Og derudover vil du kunne købe sodavand og øl. Der er både alkoholfri øl og drinks.

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

A decorative horizontal border consisting of 30 identical small square icons arranged in a single row. Each icon contains a stylized, bold letter 'Q'.



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 15. maj.

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

AKTIVITETSOVERSIGT – HVAD SKER DER I MAJ?

Tors. – den 1. maj	Lav i fællesskab en 1. maj plakat Se opslag i avisen	Rundt omkring på afdelingen
Fre. – den 2. maj Kl. 13-14.30	Fredagsbar	Den Grønne Plads
Man. – den 5. maj Kl. 13-14.30 Kl. 13-14.30	Demensbio – 70'erne Kulturpakker – for tilmeldte! SE MIDTERSIDE FOR INFO	Samlingssalen Samlingssalen
Tirs. – den 6. maj Kl. 10.30-11.30 Kl. 12.30-13.15 Kl. 10-14	Foredrag og motion Kærbo synger – sammen Erindringssang! SE MIDTERSIDER FOR INFO Jysk Tøjsalg	Samlingssalen OASEN Den Grønne Plads
Ons. – den 7. maj KL. 13-14.30	”5 ting du ikke vidste om Ishøj” – foredrag v/ Steen Skovhus SE MIDTERSIDER FOR INFO	Samlingssalen
Tors. – den 8. maj Kl. 13-14.30	Elektrisk ballonjagt SE MIDTERSIDER FOR INFO	Borgerrådgivningen
Fre. – den 9. maj Kl. 13-14.30	Fredagsbar - overskuddet denne dag doneres til at købe materialer til demenstæpper på Kærbo SE MIDTERSIDER FOR INFO	Den Grønne Plads
Søn. – den 11. maj	Mors dag	I hjertet
Man. – den 12. maj Kl. 10-12	Kulturpakker – for tilmeldte!	OASEN
Tirs. – den 13. maj Kl. 12.30-13.15	Kærbo synger – sammen. Tirsdagssang!	OASEN
Ons. – den 14. maj Kl. 10-11 Kl. 13-14.30	MANDEKLUBBEN Dan kommer og spiller	OASEN Samlingssalen
Tors. – den 15. maj Kl. 13-14.30	Vi spiller Shuffle Board	OASEN
Fre. – den 16. maj Kl. 13-14.30	Fredagsbar	Den Grønne Plads
Lør. – den 17. maj Kl. 13.30-15.30	Banko v/ Frivilliggruppen	Samlingssalen

AKTIVITETSOVERSIGT – HVAD SKER DER I MAJ?

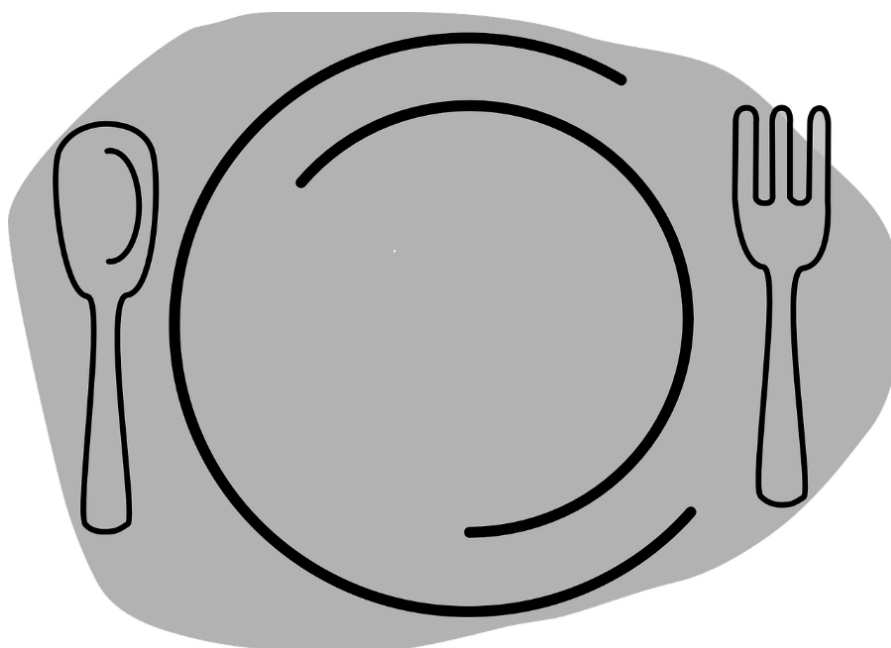
Dato og tid	Aktivitet	Sted
Man. – den 19. maj Kl. 12.30-15	Kulturpakker – for tilmeldte!	Afgang fra forhallen
Tirs. – den 20. maj Kl. 12.30-13.15	Kærbo synger – sammen	OASEN
Ons. – den 21. maj Kl. 10-11 Kl. 13-14.30	MANDEKLUBBEN Spis & snak med Kvindegruppen – for tilmeldte	OASEN Køkkenet i Aktivitetscentret
Tors. – den 22. maj Kl. 13-14.15	GRATIS koncert med SHOWTIME	Samlingssalen
Fre. – den 23. maj Kl. 13-14.30	Fredagsbar	Den Grønne Plads
Man. – den 26. maj Kl. 10-12	Kulturpakker – for tilmeldte	OASEN
Kl. 13-14.30	Fejring af Kong Frederik	Samlingssalen
Tirs. – den 27. maj Kl. 12.30-13.15	Kærbo synger – sammen	OASEN
Ons. – 28. maj Kl. 10-11 Kl. 13-14.30	MANDEKLUBBEN Babysalmesang International Burgerdag	OASEN Samlingssalen
Tors. – 29. maj	Kristi Himmelfart – ingen aktivitet i dag	
Fre. – 30. maj Kl. 13-14.30	Fredagsbar	Den Grønne Plads

Madplan for maj måned



Dato	Dag	Hovedret	Biret
01-05-2025	Torsdag	Lakselasagne	Rabarbergrød
02-05-2025	Fredag	Stegt medister m/stuvet hvidkål og kartofler	Spicy Porresuppe m. creme fraiche
03-05-2025	Lørdag	Pasta bolognese m. revet parmesan og grønt	Frugtsalat m. chokoladedrys
04-05-2025	Søndag	Boller i karry m/ris	Pandekage m. appelsincreme
05-05-2025	Mandag	Glaseret skinke m/flødekartofler og grønt	Rejecocktail
06-05-2025	Tirsdag	Stegt kyllingelår m/råstegte kartofler og kold remouladesauce	Kærnemælkssuppe
07-05-2025	Onsdag	Lasagne m. grøntsager og ost	Hønsesalat i croissant
08-05-2025	Torsdag	Fisk	Hindbærgrød
09-05-2025	Fredag	Forloren hare m/ vildtsauce og kartofler	Gravad laks
10-05-2025	Lørdag	Pølser m/varm kartoffelsalat og grønt	Råsyltede blommer
11-05-2025	Søndag	Farseret kalkunbryst m/stv. ærter&gulerødder og kartofler	Gammeldags æblekage
12-05-2025	Mandag	Hakkebøf m/bløde løg, kartofler og skysovs	Aspargessuppe
13-05-2025	Tirsdag	Spansk æggekage m/chorizo	Mulvarpeskud
14-05-2025	Onsdag	Paprikagryde m/mos	Skinkesalat

15-05-2025	Torsdag	Fisk	Hyldebærsuppe
16-05-2025	Fredag	Farsbrød m. salvie, stegte kartofler, skysauce og grønt	Tomatsuppe
17-05-2025	Lørdag	Kyllingefrikadeller m. pastasalat og dressing	Rødgrød m/fløde
18-05-2025	Søndag	Svensk pølseret m. grønt	Fløderand
19-05-2025	Mandag	Vildtgryde m/mos	Svampesuppe
20-05-2025	Tirsdag	Butterchicken m/ris og naanbrød	Koldskål m. kammerjunkere
21-05-2025	Onsdag	Mexikansk chiligryde m/ris, creme fraiche, nachos og grønt	Oksekødssuppe
22-05-2025	Torsdag	Fisk	Kartoffel/porresuppe
23-05-2025	Fredag	Bbq mar. spareribs m/stegte kartofler	Nuggets m/dip
24-05-2025	Lørdag	Græsk farsbrød m/tzatziki og kartofler	Æblegrød m/mælk og fløde
25-05-2025	Søndag	Biksemad m/bearnaisesauce og grønt	Fersken/ananas m/makronskum
26-05-2025	Mandag	Sommerkylling m/kartofler og skysovs	Lagkage
27-05-2025	Tirsdag	Blomkålsgatin m. rugbrød og smørsauce	Appelsinfromage
28-05-2025	Onsdag	Byg-selv kyllingeburger	Forårsrulle m/kylling
29-05-2025	Torsdag	Fiskefilet m/pommes og kold remoladesauce	Is m/vafler
30-05-2025	Fredag	Stegt flæsk m/persillesovs og kartofler	Risvælling
31-05-2025	Lørdag	Millionbøf m/mos	Frugtsalat



Hvad sker der i juni?

Tirsdag den 3. juni: Fællesspisning

Onsdag den 11. juni: Grill v/ Kvindegruppen

Onsdag den 18. juni: Dan spiller

Lørdag den 21. juni: Banko v/ Frivilliggruppen

Tirsdag den 24. juni: Grillarrangement v/ køkkenet

**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