

HUSAVISEN

PLEJECENTER TREKRONER

M A J 2 0 2 4



Læs på side 6 - 7
om Motionsdagen

Læs på side 12 - 14
Præstens indlæg om pinsen

www.plejecentertrekroner.roskilde.dk

Facebook Plejecenter Trekroner

Mail: trekroner@roskilde.dk

Telefon: 46 31 80 50

Plejecenter Trekroner, Trekroner Centervej 41
4000 Roskilde

Indholdsfortegnelse

Uge 19 - Demensuge.....	3
Velkommen til nye beboere	4
Bruger– og Pårørenderådet.....	5
Motionsdag.....	6 - 7
Billeder fra april.....	8 - 9
Majstangsfest og Banko	10
Koncert med Kristofferskolens klasseorkester	11
Indlæg fra præsten	12 - 14
Koncert med Bagge-Hansen Trio	15
Fødselsdage og hvem har vi taget afsked med.....	16 - 17
Aftenmenu i maj.....	18 - 19
Aktivitetskalender for april	20 - 23
Brevstemme til Europaparlamentsvalg.....	24



Uge 19 - Demensuge

Hvert år i uge 19 bliver der sat fokus på demens. Sloganet for i år er

”Ta’ med, afsted”

Slogan sætter fokus på, at mennesker med demens skal være med i fællesskaber

indenfor kultur og fritidslivet

Flere steder i landet bliver der lavet forskellige former for arrangementer og beboerne på plejecenteret skal selvfølgelig også være med.

I uge 19 tager vi blandt andet til Erindrings-workshop og ErindringsBio i Glostrup samt ErindringsBio i Cinemateket. Da vi tager afsted i bus og tog, er der desværre et begrænset antal pladser.

Vi holder også en Erindringscafé i vores Folkestue. Her vil andre beboere få mulighed for at deltage.

Vi glæder os til en uge med mange erindringer



Velkommen til nye beboere

Doris Irene Grothe -

Bolig 124

Erik Juhl Hansen -

Bolig 126

Else Margrethe Christensen -

Bolig 230

Anne Pernille Jakobsen -

Bolig 210

Laus Fisker -

Bolig 313

Bruger- og Pårørenderådets medlemmer

Steen Hansen - Formand (Pårørende 3.sal)	steenbh@roskilde.dk	29 65 13 99
Liv Cheri Theodorsen - Næstformand (Pårørende 1.sal)	Liv-cheri@hotmail.com	26 24 00 49
Thorkild Jensen - Kasser	thpj38@gmail.com	
Marianne Jensen - Medlem (Pårørende 1.sal)	Daugaard2@hotmail.com	
Charlotte Jessing - Medlem (Pårørende 1.sal)	Charlotte.jessing@mail.tele.dk	

Repræsentant for Ældrerådet

Erik Thomsen	erik.thomsen1@gmail.com	27 85 57 31
---------------------	--------------------------------	--------------------

Maj 2024

Motionsløb

Fredag den 31. maj fortsætter vi traditionen

Motionsløb for flere generationer

Vi vil gerne gentage sidste års succes og styrke det lokale fællesskab mellem generationer gennem bevægelse og snak på tværs.

Vi har inviteret de nye SFO børn fra Trekronerskolen med til en dag med et lille løb ved plejecenteret. Ruten bliver under 1 km. Deltagerne sætter selv tempoet, så alle kan være med.

Kl. 10.30 mødes vi alle på terrassen i haven, her vil der være en kort opvarmning inden løbet starter kl. 11

Efter løbet vil der være en lille forfriskning til deltagerne

Pårørende er også velkomne til at deltage

Vi glæder os til en hyggelig dag



Lidt billeder fra sidste år, hvor børnene løb med pokalen.

Vinder beboerne eller børnene pokalen i år?



Deltagelse på motionsløb

Hjælpere / frivillige er velkomne, hvis I har lyst til at give ældre og unge en sjov og hyggelig dag i hinandens nærvær.

Der er altid brug for en ekstra hånd til at hjælpe en beboer rundt på ruten, hente forfriskninger eller bare være med til at skabe en god stemning på dagen.

Pårørende, frivillige og andre der har sin gang på plejecenteret er derfor meget velkomne til at kigge forbi.

Aktivitetsfolkene og ergoterapeuterne er tovholdere på dagen.

Hvis du vil vide mere om dagens forløb, kan du kontakte Sonia (Aktivitetskoordinator) på soniakn@roskilde.dk



Billeder fra april

Der bygges
legobloster



Erindringsdans

Billeder fra april



Digitale Erindringskasser og snak

Violin koncert i Caféen med børn fra Roskilde Kunstscole



Cykeltur gennem Roskilde

Majstangsfest

I marts besøgte vi mindestuerne på Ballerup Museum. Det var en hyggelig dag med frokost og en god snak. De næste par måneder vil vi lave flere ture til Ballerup Museum.

Ballerup Museum og Ballerup Folkedanserforening holder fast i flere ældre traditioner. Blandt andet Majstangsfest.

Lidt historie om majstangsfest:

En majstang er en høj masteligenende træstang som udsmykkes med løv, blomster og bånd. Majstangen rejses, så man kan danse omkring den ved fejring af sommerens komme. Fejringen kan ske til pinsen eller senere. Majstangen har sin oprindelse i 14-1500-taller og har bredt sig til Norden fra Tyskland.



Foto og tekst fra Wikipedia

Banko på etagerne



To gange om måneden vil der være banko i huset. Banko bliver afholdt på etagerne og er forbeholdt beboere på den pågældende etage.

- Stuen den 14. maj kl. 10.30
- 1.sal den 28. maj kl. 10.30

Koncert den 23. maj kl. 11

Kristofferskolens klasseorkester

På Kristofferskolen har alle klasser deres eget orkester. De begynder at gå til musikkarrusel i 3. klasse, hvor de får lov til at prøve de forskellige orkesterinstrumenter.

På 4. klasse dannes orkestret og eleverne har orkestertime én gang om ugen. De går også til instrumental undervisning for at kunne spille på deres instrument.

Når eleverne er på 6.-7. klasse, optræder de bl.a. i Tivoli til musikskoledage.

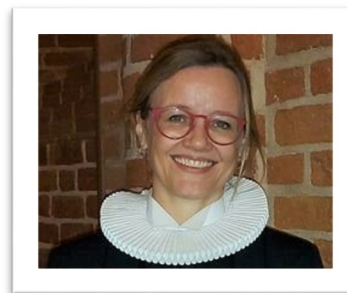
Vores 5. klasse elever har spillet næsten 2 år som klasseorkester.

De glæder sig at optræde for jer og kommer til at spille musikstykker de har arbejdet med gennem skoleåret.



Pinsen er åndens fest

Af Vanja Thaulow, sognepræst



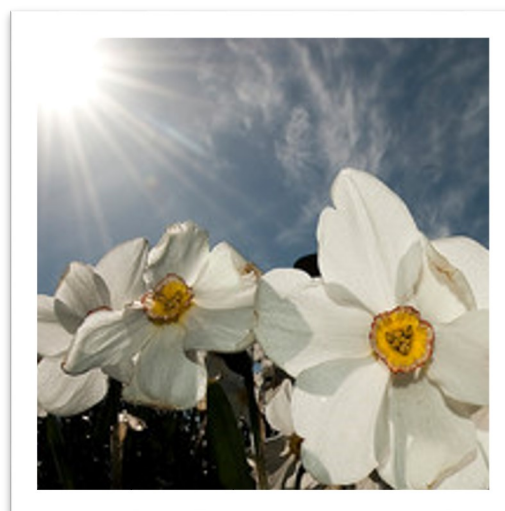
Den 19. maj kan vi fejre pinse, den tredje store højtid efter jul og påske, men pinse er en højtid, som ofte går lidt ubemærket hen. Den står ikke særlig stærkt i danskernes bevidsthed. Vi ved alle sammen, hvad jul og påske drejer sig om, og vi har mange forskellige traditioner knyttet til de to højtider, men med pinse er det sværere. Der er noget 'luftigt' over den...

Pinse har af samme grund heller intet kommercielt over sig. Vi kan ikke købe pinse-hjerter eller pinse-æg, eller lys og servietter i en særlig pinsefarve. De færreste har en særlig spise, de knytter til pinse. Roskildes tidligere biskop, Jan Lindhardt, forsøgte engang at slå et slag for, at man skulle spise fisk i pinse, men det slog vist ikke bredt an.

Så hvad handler pinse om? Jo, pinse skal forstås i sammenhæng med de andre højtider. Julen handler om, at Gud lod sig føde som menneske i Jesus Kristus, og i påsken fejrer vi, at Jesus overvandt døden og opstod af graven. Til Kristi Himmelfart trådte Jesus ud af sin menneskelige begrænsning og vendte tilbage til Gud, og i pinse kom Helligånden så til jorden. I pinse fejrer vi altså, at Gud ikke trak sig tilbage til sin himmel, men kom til jorden som ånd for at blive hos menneskene. Helligånden kom, sådan at Gud nu er til stede overalt og til alle tider.

Fortællingen om pinseunderet kan man læse i Det Nye Testamente, i *Apostlenes Gerninger*, kapitel 2. Det er i tiden efter påske, og Jesus' disciple var samlet. De var bange og modløse og gemte sig bag lukkede døre og tilskoddede vinduer af frygt for, at de romerske myndigheder eller de jødiske ledere skulle arrestere dem, fordi de havde fulgtes med Jesus. Men pludselig hørte de en lyd som af et kraftigt vindstød, der fyldte hele huset, og tunger 'som af ild' viste sig for dem og satte sig på hver og én af dem. De blev alle fyldt af Helligånden, og der brændte nu pludseligt et nyt mod i deres hjerter, et mod til at vove sig frem af deres skjul og åbne munden og tale om det, de havde hørt, og det de havde set, da de fulgtes med Jesus. Frygtsomheden hos disciplene forsvandt altså som dug for solen, og de turde nu tage den mission på sig, som Jesus havde givet dem: At gå ud i alverden og fortælle om ham og skaffe flere disciple. Dermed var den første menighed dannet, den første kirke, og derfor kaldes pinsen også 'kirkens fødselsdag'. I den første pinse blev kirken til, og den er forblevet levende, fordi ukuelige mænd og kvinder op igennem århundrederne fortsat er blevet ved med at forkynde evangeliet om Guds kærlighed i Jesus Kristus.

”I al sin glans nu stråler solen”



I år kan vi i pinsen fejre noget i nærheden af kristenhedens 2000-års fødselsdag, og man kunne måske have lyst til at spørge: Hvor ser vi ånden i dag? Vi har jo ikke ligefrem synlige ildtunger flyvende rundt om os i dag som på apostlenes tid? Nej, måske ikke, men lige bortset fra dét med ildtungerne, så er åndens virkning den samme i dag som dengang: Ånden trøster, opliver, giver nyt mod og får lidenskaben til at brænde! Guds ånd er på spil:

Når vi kommer ud af mørket, og livet synes godt igen

Når vi bliver grebet af tro på, at det nok skal gå alt sammen

Når vi forstår hinanden – sådan rigtigt

Når vi mærker, at vi brænder for noget

Når vi bliver en del af et fællesskab, der holder og bærer

Når vi tør fortælle om det hele til alverden

Så måske er pinsen egentlig den allervigtigste højtid – for var det ikke for pinsens mod til at fortælle, så havde vi nok slet ikke hørt om jul og påske.



Rigtig glædelig pinse!

”Pinseliljer ved Himmelev Kirke”

Maj 2024

Koncert med Bagge-Hansen Trio

I December havde vi besøg af “Frøken Flormelis og Æbleskiverne”. Nu har de ændret navn til Bagge-Hansen Trio.

De vil synge sange alle kan synge med på. F.eks. “Noget om Helte”, “Gem et lille smil”, “Kender du dét” og “I Danmark er jeg født”.

Bagge-Hansen Trio kan opleves i caféen den 1.maj kl. 11



Frøken Flormelis og Æbleskiverne i cafeen sidste år

I maj måned har vi fødselarer i huset:



1. maj - Steen Kurt Petersen	Bolig 214
2. maj - Jette Pinezits	Bolig 311
9. maj - Finn Jørgen Jensen	Bolig 005
9. maj - Ib Mogens Frandsen	Bolig 221
14. maj - Inger Skriver	Bolig 128
17. maj - Johann Jacobsen	Bolig 011
17. maj - Lisbeth Sander Meier	Bolig 330
19. maj - Bente Kornerup	Bolig 225
20. maj - Torben Holger Lenou Hansen	Bolig 101
22. maj - Hanne Bæk Nielsen	Bolig 213
26. maj - Gudrun Marie Pedersen	Bolig 310
27. maj - Anni Herdis Gehl Jensen	Bolig 125
27. maj - Gerd Sønnöve Kilde	Bolig 119
30. maj - Svend Mogens Nielsen	Bolig 303
31. maj - Anne Pernille Jakobsen	Bolig 210

I april har vi taget afsked med:

Carl Viggo Jensen

Robinah Beatrice Carlsen

Knud Vagn Olsen

Bjarne Moskov Andersen

Inge Marie Larsen

Æret være Deres minde



Aftenmenu maj

ONS	Spansk æggekage 1 Med groft rugbrød, tomat og purløg	Kirsebærfromage Med flødeskum
TOR	Skinkefarsbrød 2 Med skysovs, bagte løg og agurkesalat	Chokoladebudding Med flødeskum
FRE	Hjemmerøget laks 3 Med hollandaise, citron og spidskålsalat	Ymerfromage Med jordbærsovs
LØR	Stegt kylling 4 Med sherrysovs og smørdampet gulerødder	Tarteletter Med skinke, ærter og gulerødder
SØN	Flæskesteg 5 Med skysovs og hjemmekogt rødkål	Pistaciefromage Med hakkede pistacienødder og pynt
MAN	Stegt kalvelever 6 Med champignonsovs, bløde løg og agurkesalat	Rabarbersuppe (lun) Med frossen flødetop
TIR	Gartnerens gryde 7 Med grønt og ost	Solbær/ribsgrød Med fløde
ONS	Fiskelasagne 8 Med torsk, spinat og spidskålssalat med agurk	Pandekage Med vanilleis og rabarbersyltetøj
TOR	Mørbrad á la crème 9 Med gulerødder og agurkesalat	Citronfromage Med flødeskum og chokoladepynt
FRE	Hakkebøf 10 Med bløde løg, skysovs og rødbeder	Fersken Med makronflødeskum
LØR	Sprængt kam 11 Med peberrodssovs og timianbagte gulerødder	Forårsløgsuppe Med radise/agurke kompot
SØN	Kalvefrikassé 12 Med forårsgrønt og surt	Citronflødeis Med vafler
MAN	Svampefrikadeller 13 Med skysovs og smørdampede gulerødder	Koldskål Med kammerjunkere
TIR	Kalkungryde 14 Med løse ris broccoli og tomatchutney	Fløde/karamelfromage Med flødeskum
ONS	Forloren hare 15 Med skysovs, ribsgele og agurkesalat	Rabarbergørød Med fløde
TOR	Stegt hornfisk 16 Med smørsovs, citron og radisesalat med purløg	Abrikostrifli Med flødeskum
FRE	Krebinet 17 Med forårsgrønt og kartofler i peberrodssovs	Romfromage Med syltede brombær
LØR	Nakkesteg 18 Med bacon, rysteribs og broccoli	Laksemousse Med rejer, salat og dressing
SØN	Coq au vin 19 Fjerkræ med rødvin, bacon og dampet gulerødder	Hvid chokolademousse Med rabarber
MAN	Revelsben 20 Med skysovs, rabarberkompot og broccoli	Italiensk is Med cocktailbær og chokolade
TIR	Stegt fisk 21 Med persillesovs, citron og gulerodssalat med sennep	Æblegrød Med fløde

Aftenmenu maj

ONS	Forårsgrøde 22 Med blomkål, forårsløg, gulerødder og fine ærter	Kærnemælksfromage Med kirsebærsovs
TOR	Grøntsagsmousakka 23 Med hjertesalat bulgur, rødløg og vinagrette	Rabarber crumble Med makronflødeskum med sirup
FRE	Frikadeller 24 Med stuvet spidskål og rødbeder	Chokoladeparfait Med hindbærsovs
LØR	Høsefrikassé 25 Med persille og agurkesalat	Tomatsuppe Med suppehorn
SØN	Hamburgerryg 26 Med stuvet spinat og gulerødder	Tiramisu i glas Pyntet med kakaopulver
MAN	Stjernesked 27 Med stegt og dampet fisk, rejer, citron og pynt	Vafler Med syltetøj og flødeskum
TIR	Kalkunschnitzel 28 Med champignonsovs, smørdampede gulerødder	Vanilleis Med chokoladesovs og vafler
ONS	Kødboller 29 Med hvidvinssovs, spidskålssalat med gulerødder	Koldskålmousse Med rabarberkompot
TOR	Medister 30 Med stuvet ærter og gulerødder	Bondepige Med slør (æbledessert)
FRE	Vegetarisk gryderet 31 Med squash, peberfrugt, og ristede nødder	Stikkelsbægrød Med fløde

Spørgsmål omkring allergener kontakt køkkenet



Aktivitetskalender for hele huset

Aktiviteterne i kalenderen er fælles for hele huset. Aktivitetsmedarbejderne på de enkelte etager laver også aktiviteter på afdelingerne.

For at kunne tilgodese alle 107 beboere aftaler personalet i samråd med beboere hvem der kan og vil deltage i aktiviteterne.

Har du ønsker til aktiviteter er du meget velkommen til at kontakte aktivitetskoordinator, Sonia på mail: soniakn@roskilde.dk

Dato	Tidspunkt	Aktivitet	Lokation
Mandag 6/5	<i>Kl. 9 - 11</i>	Åbent i Hjerterummet	1. sal
	<i>Kl. 10 - 12</i>	Åbent i Hjerterummet	Stuen
	<i>Kl. 11 - 12</i>	Træning	1.sal
	<i>Kl. 13 - 14</i>	Træning	Stuen
	<i>Kl. 13</i>	Bustur til Erindrings-workshop i Glostrup (Begrænset antal pladser)	Ude
	<i>Kl. 13.30</i>	Gåtur	Ude
Tirsdag 7/5	<i>Kl. 13</i>	Togtur til ErindringsBio i Cinemateket i København (begrænset antal pladser)	Ude
Onsdag 8/5	<i>Kl. 9 - 11</i>	Åbent i Hjerterummet	1.sal
	<i>Kl. 11.30</i>	Bustur til ErindringsBio i Glostrup	Ude
	<i>Kl. 11 - 12</i>	Træning	2.sal og 3.sal
	<i>Kl. 13 - 14</i>	Træning	Stuen
Torsdag 9/5	Kristi himmelfartsdag		
Fredag 10/5	<i>Kl. 10.30</i>	Erindringscafe med snak om befrielsen	2.sal Folkestuen
	<i>Kl. 11 - 12</i>	Træning	3.sal
	<i>Kl. 13.30</i>	Cykeltur for Stuen	Ude
Weekend 11/5 - 12/5			

Aktivitetskalender

Dato	Tidspunkt	Aktivitet	Lokation
Mandag 13/5	<i>Kl. 10 - 12</i>	Åbent i Hjerterummet	Stuen
	<i>Kl. 9 - 11</i>	Åbent i Hjerterummet	1.sal
	<i>Kl. 9 - 12</i>	Åbent i Hjerterummet	2.sal
	<i>Kl. 11 - 12</i>	Træning	1.sal
	<i>Kl. 12</i>	Cykeltur med 1.sal	Ude
	<i>Kl. 13 - 14</i>	Træning	Stuen
	<i>Kl. 14-17</i>	Åbent i Hjerterummet	3.sal
Tirsdag 14/5	<i>Kl. 10.30 - 12</i>	Banko	Stuen
	<i>Kl. 13.30</i>	Bustur ud i det blå for 2.sal	Ude
Onsdag 15/5	<i>Kl. 9 - 12</i>	Åbent i Hjerterummet	1.sal
	<i>Kl. 9 - 12</i>	Åbent i Hjerterummet	2.sal
	<i>Kl. 11 - 12</i>	Træning	3.sal
	<i>Kl. 13 - 14</i>	Træning	Stuen
	<i>Kl. 13.30</i>	Gudstjeneste	Cafeen
	<i>Kl. 15.30 - 17</i>	Åbent i Hjerterummet	3.sal
Torsdag 16/5	<i>Kl. 10</i>	Gåtur	Ude
	<i>Kl. 10.45</i>	Ønske Bustur for Stuen	Ude
	<i>Kl. 11 - 12</i>	Træning	1.sal
	<i>Kl. 15</i>	Malerikursus (begrænset antal pladser)	3.sal
Fredag 17/5	<i>Kl. 10 - 11</i>	Åbent i Hjerterummet	Stuen
	<i>Kl. 9 - 11</i>	Åbent i Hjerterummet	1.sal og 2.sal
	<i>Kl. 11.30 - 12</i>	Dans	Stuen
	<i>Kl. 11 - 12</i>	Træning	2.sal og 3.sal
	<i>Kl. 16</i>	Aftensang i Domkirken	Ude
Weekend 18/5 - 19/5			

Aktivitetskalender

Dato	Tidspunkt	Aktivitet	Lokation
Mandag 20/5	2. Pinsedag		
Tirsdag 21/5	<i>Kl. 10.30</i>	Tur til mindestue i Pederstrup	Ude
	<i>Kl. 13.30</i>	Bustur ud i det blå for 3.sal	Ude
Onsdag 22/5	<i>Kl. 10 - 14</i>	Brevstemning til EU – parlamentsvalg	Cafeen
	<i>Kl. 11 - 12</i>	Træning	3.sal
	<i>Kl. 13 - 14</i>	Træning	Stuen og 2.sal
	<i>Kl. 14 - 17</i>	Åbent i Hjerterummet	3.sal
Torsdag 23/5	<i>Kl. 10</i>	Gåtur	Ude
	<i>Kl. 11.30</i>	Koncert med 5-klasses elevorkester fra Kristofferskolen	Cafeen
	<i>Kl. 11 - 12</i>	Træning	1.sal
	<i>Kl. 13.30</i>	Cykeltur for 2.sal	Ude
	<i>Kl. 15</i>	Malerikursus (begrænset antal pladser)	3.sal
Fredag 24/5	<i>Kl. 9 - 12</i>	Åbent i Hjerterummet	1.sal
	<i>Kl. 11 - 12</i>	Træning	2.sal og 3.sal
	<i>Kl. 12</i>	Cykeltur for 2.sal	Ude
	<i>Kl. 13 - 14</i>	Træning	2.sal
	<i>Kl. 14-17</i>	Åbent i Hjerterummet	3.sal
Weekend 25/5 - 26/5			

Aktivitetskalender

Dato	Tidspunkt	Aktivitet	Lokation
Mandag 27/5	<i>Kl. 9 - 11</i>	Åbent i Hjerterummet	1.sal
	<i>Kl. 10 - 11</i>	Åbent i Hjerterummet	Stuen
	<i>Kl. 11 - 12</i>	Træning	1.sal
	<i>Kl. 12</i>	Cykeltur for 3.sal	Ude
	<i>Kl. 13 - 14</i>	Træning	Stuen
	<i>Kl. 13.30</i>	Gåtur	Ude
	<i>Kl. 14 - 17</i>	Åbent i Hjerterummet	3.sal
Tirsdag 28/5	<i>Kl. 10.30 - 12</i>	Banko	1.sal
	<i>Kl. 13.30</i>	Bustur ud i det blå for Stuen	Ude
Onsdag 29/5	<i>Kl. 9 - 12</i>	Åbent i Hjerterummet	1.sal
	<i>Kl. 9 - 11</i>	Åbent i Hjerterummet	2.sal
	<i>Kl. 11 - 12</i>	Træning	2.sal og 3.sal
	<i>Kl. 12</i>	Cykeltur for 3.sal	Ude
	<i>Kl. 13 - 14</i>	Træning	Stuen
	<i>Kl. 14 - 17</i>	Åbent i Hjerterummet	3.sal
Torsdag 30/5	<i>Kl. 10</i>	Gåtur	Ude
	<i>Kl. 11 - 12</i>	Træning	1.sal
	<i>Kl. 15</i>	Malerikursus (begrænset antal pladser)	3.sal
Fredag 31/5	<i>Kl. 10.30</i>	Motionsdag	Ude
Weekend 1/6 - 2/6			



Du kan brevstemme til Europa- parlamentsvalg

Onsdag den 22/5 kl. 10 – 14. kommer to valgtilforordnede og er klar til at tage imod din brevstemme her på plejecentret i mødelokalet i stuen.

Hav sundhedskort eller gyldig billedlegitimation klar, når du skal stemme. Valgkort er ikke nødvendigt.

Når du har brevstemt, kan du ikke stemme på valgdagen.

Aktivitetsmedarbejdere hjælper beboerne ned i mødelokalet.