



Husavisen



Plejecenter Trekroner

September 2026

Læs på side 6 om tur i
sommerhuset

Læs på side 9 om samarbejde med
"Det kreative hus for børn"

Hjemmeside: Plejecentertrekroner.roskilde.dk

Facebook: [Plejecenter Trekroner](https://www.facebook.com/PlejecenterTrekroner)

Mail: trekroner@roskilde.dk

Telefon: 46 31 80 50

Adresse: Plejecenter Trekroner, Trekroner Centervej 41, 4000 Roskilde

Indholdsfortegnelse

Leder	3
Velkommen til nye beboere	4
Bruger - og Pårørenderådet	5
Sommerhustur til Gershøj	6
Højtlæsning i efteråret	7
Ture i golfvogne	8
Samarbejde med "Det kreative hus for børn"	9
Billeder fra juli og august	10 - 11
Banko på etagerne	12
Fødselsdage	13
Hvem har vi taget afsked med	14
Aftenmenu juli og august	15 - 17
Årets større begivenheder	18
Aktivitetskalender juli og august	19 - 24





Snart er sommeren ifølge kalenderen slut og vi byder efteråret velkommen. Når årstiderne skifter, minder det os om, hvor meget udelivet betyder for vores hverdag. På Trekroner er haven, altanerne og de grønne omgivelser en naturlig del af livet og hverdagen. Her nyder vi en kop kaffe i solen, følger blomsterne springe ud, lytter til fuglesangen og tager små gåture, der giver både ro, frisk luft og nye oplevelser. Nu kan vi endelig tage vores nye og mere brugervenlige sti omkring huset i brug. Det har vi set frem til i meget lang tid.

Hverdagen består af de mange øjeblikke, vi skaber sammen – fællessang fra altanerne, aktiviteter, cykelture og busture ud i det danske land, samtaler og grin, men også de stille stunder, hvor der er tid til eftertanke. Det er netop samspillet mellem fællesskab og nærvær, der gør de små hverdags stunder opstår. Den lille gåtur ned og hente avisen, en kop kaffe i en stille morgenstund eller et kig ud af vinduet for at følge trafikken. Vi opstarter fællesgåture med pårørende deltagelse igen fra september. Hold øje med opslag og på Kintella. Vi håber at se mange af jer.

Vi er glade for den opbakning og de besøg, I som pårørende bidrager med. Når familie og venner er en del af hverdagen, styrker det fællesskabet og skaber gode minder for alle. Jeg vil igen her, opfordre til at I som pårørende, får sat jer op til at bruge Kintella, det er her vi deler informationer og foreviger stjernestunder i hverdagen. Ved brug for hjælp til dette, tag da kontakt til aktivitets og frivilligheds koordinator Sonia Kirkaldy Nielsen på mail soniakn@roskilde.dk.

Med venlig hilsen
Centerleder Sisse Skjødt



Velkommen til nye beboere

Jan Robert Gustafsson - Bolig 003

Annette Rasmussen - Bolig 111

Karen Elise Jørgensen - Bolig 131

Lissi Hanne Topp - Bolig 207

Vibeke Lilian Johansen - Bolig 211

Anne-Lise Høg - Bolig 221

Eyvind Axel Broch Møller - Bolig 310



Bruger- og pårørenderådet

Thorkild Jensen, kasser

Mail: thpj38@gmail.com

Marianne Jensen, Medlem
(Pårørende 1. sal)

Mail: daugaard2@hotmail.com

Charlotte Jessing, Medlem
(Pårørende 1. sal)

Mail: charlotte.jessing@mail.tele.dk

Anne Lehmann, Medlem
(Pårørende 3. sal)

Mail: Anne.lehmann@hotmail.com

Sara Vafai-Blom, Medlem
(Pårørende 2. sal)

Mail: sara@sravafaiblom.dk

Aage Pedersen, Medlem
(Pårørende 3. sal)

Mail: aagep.39@outlook.com

Anne Dorthe Berthelsen, Beboer

Sommerhustur

I år har vi fået mulighed for at låne Margrethehuset i Gershøj 2 gange. I maj besøgte vi sommerhuset i en uge og i september har vi også en uge i sommerhus. (uge 38)

Sommerhuset er venligst udlånt af Margretheløgen. Vi kører til Gershøj i bussen om morgenen og hjem igen om eftermiddagen. I år vil vi også tage enkelte ture om eftermiddagen for at nyde aftensmaden i sommerhuset.

Vi spiser frokost/aftensmad i sommerhuset og nyder haven og naturen. Vi tager afsted med en ny etage hver dag, så alle etager får mulighed for at besøge sommerhuset.

Vi glæder os til en hyggelig uge med sommerhusstemning.



Højtlæsning i efteråret

Nu går vi ind i en tid, hvor vi vil lave lidt flere indendørs aktiviteter.

De sidste par måneder har vi haft to frivillige læsevenner på besøg. De har læst noveller for beboerne på de forskellige etager og i Folkestuen på 2. sal.

Beboerne har været glade for højtlæsning, så i efteråret vil vi introducere lidt mere højtlæsning.

Udover vores læsevenner vil aktivitetsmedarbejdere også læse på etagerne. I slutningen af september starter vi op med Guidet Fælleslæsning i Folkestuen.



Ture i golfvogne

I løbet af sommeren har vi været på flere ture i golfvogne.

For et par år siden donerede Trygfonden 2 golfvogne til Mandefælleskaber i Roskilde under Røde kors.

De sidste 2 år har foreningen været så venlige at udlåne golfvogne til plejecenteret.

I løbet af sommeren har beboere fra etagerne været med på ture i golfvognene. Golfvogne er placeret på Sankt Hans, så vi har fået set området omkring Sankt Hans. Vi har kørt rundt om bygningerne, gennem skoven og langs stranden. Det er et meget smukt område, hvor man kan komme helt ned i tempo.

I september har vi planlagt 2 ture, men så er det også slut med sæsonen for i år. Vi glæder os dog allerede til flere ture næste sommer.



Samarbejde med

Det kreative hus for børn

De sidste par år har vi haft et samarbejde med "Kreative hus for børn" i Algade.

Børnene har blandt andet lavet julekort og julepynt til beboerne og påskepynt til vores påskefrokost. Vi har også været med til at lave en lysskulptur til lysfesten i januar.

I starten af september skal børn og ældre lave tegninger på Roskilde Rundkredsbenk, der står i Byparken.



Vi glæder os til endnu et møde mellem generationer omkring et kreativt projekt

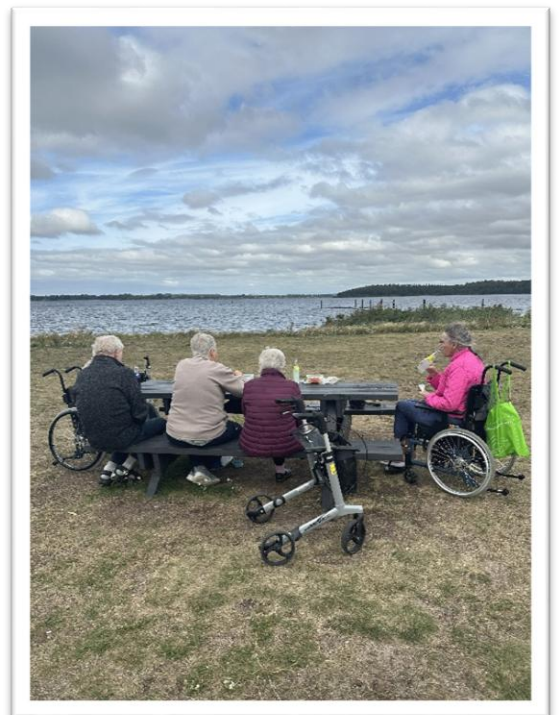


Billeder fra juli og august



Terningespil om
eftermiddagen

Frokost ved Kattinge



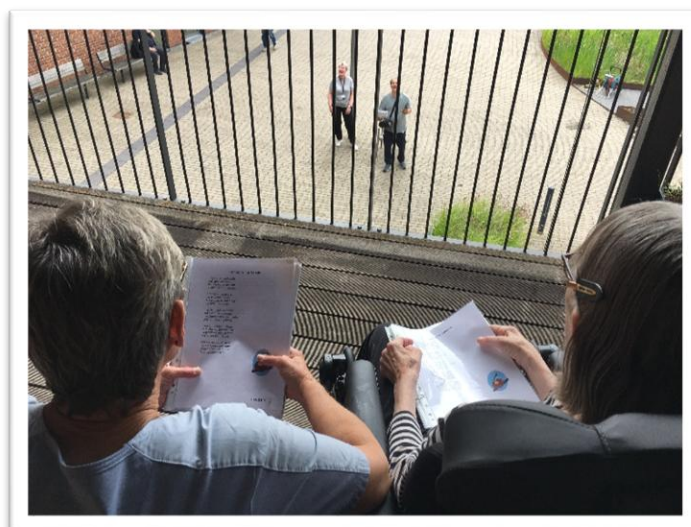
Besøg på Ballerup
Museum

Billeder fra juni og august



Til koncert med
Thomas Buttenschøn

Fællessang fra
altanerne



Cykeltur i Sydhavnen
med Plejecenter
Verdis have

Banko på etagerne

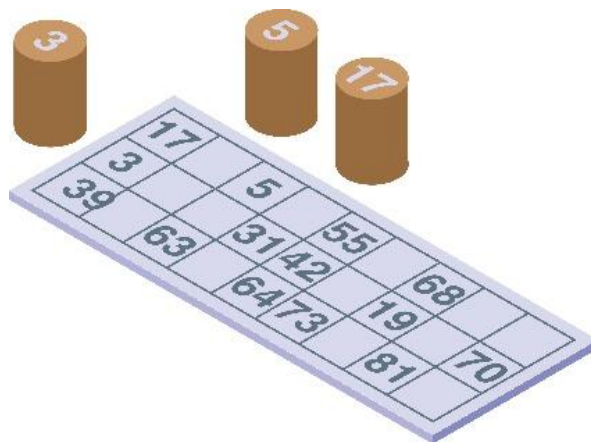
To til tre gange om måneden er der banko i huset. Banko bliver afholdt på etagerne.

Banko er forbeholdt beboerne på den pågældende etage.

3. sal fredag den 11. september kl. 11

1. sal fredag den 25. september kl. 11

2. sal fredag den 2. oktober kl 11



Fødselsdage i september



1. september:	Jørgen Olesen	(Bolig 013)
4. september:	Helle Bjerring	(Bolig 122)
10. september:	Allan Vinjebo	(Bolig 012)
16. september:	Evald Ernst Olsen	(Bolig 202)
23. september:	Hanne Hansen	(Bolig 301)
24. september:	Kirsten Poulsen	(Bolig 318)
26. september:	Betty Lou Ramussen	(Bolig 203)
29. september:	Jesper Colding	(Bolig 005)
30. september:	Sonja Edel Friederichsen	(Bolig 204)

I juli og august har taget afsked med

Lone Majbritt Christensen

Inga Marie Hansen

Kirsten Pedersen

Eyvind Axel Broch Møller

Grete Emdal Hansen

Æret være deres minde



Aftenmenu for september

TIR	Svampefrikadeller	Romfromage
1	Med skysovs og rødbedesalat	Med cacao flødetop og appelsin
ONS	Kalvehjerter	Vanilleis
2	I flødesovs med kartoffelmos og tyttebær	Med chokoladesovs og vafler
TOR	Skinke	Alliancegrød
3	Med kold kartoffelsalat med agurk, tomat og purløg	Med fløde
FRE	Fisk i fad	Panna cotta
4	Med æbler, tomatsovs, ærter og citron	Med pærekompot
LØR	Enebærgryde	Muldvarpeskud
5	Med skært svinekød, gulerødder og kartoffelmos	(Sveskedessert)
SØN	Stegt kylling	Citronfromage
6	Med champignonsovs og bagte bønner med bacon	Flødeskum, chokoladepynt
MAN	Forloren and	Koldskål
7	Med skysovs, ribsgele og asier	Med kammerjunkere
TIR	Pølser	Vafler
8	Med varm kartoffelsalat, sennep og ketchup	Syltetøj og flødeskum
ONS	Stegt sild	Solbær/ribsgrød
9	Med persillesovs og rødbeder	Med fløde
TOR	Koteletter i fad	Chokoladeparfait
10	Med bacon, peberfrugt, og løse ris	Med hindbærsovs
FRE	Kartoffelgratin	Æbletrifli
11	Med spinat, ost og rødkålssalat	Med karameliserede mandler
LØR	Efterårsgryde	Chokoladebudding
12	Med svinekød, cocktailpølser og kartoffelmos	Med flødeskum
SØN	Nakkesteg	Kirsebærfromage
13	Med bacon, rysteribs og broccoli	Med flødeskum
MAN	Kyllingepate	Pandekager
14	Med skysovs og æble/sellerisalat	Med jordbærsyltetøj
TIR	Fiskelasagne	Stikkelsbærgrød
15	Med torsk, spinat og spidskålssalat med agurk	Med fløde
ONS	Biksemad	Ymerfromage
16	Med rødbeder og rugbrød	Med brombærsovs
TOR	Svampestroganoff	Tiramisu i glas
17	Med grov kartoffelmos og surt	Pyntet med kakaopulver
FRE	Hakkebøf	Hindbærdessert
18	Med bløde løg, skysovs og rødbeder	Flødeskum

Aftenmenu for september

LØR	Kalkunschnitzel	Is
19	Med skysovs stegte kartofler og ratatouille	Med krokant
SØN	Hamburgerryg	Cocktailfromage
20	Med stuvet spinat og gulerødder	Med flødetop
MAN	Frikadeller	Solbærsuppe
21	Med stuvet ærter og gulerødder, samt surt	Med tvebakker
TIR	Efterårstærte	Cheesecake i glas
22	Med butternut squash, græskarkerner og salat	Med brombær topping og pynt
ONS	Benløse fugle (gris)	Jordbærgrød
23	Med skysovs og rødløgskompot	Med fløde
TOR	Dampet laks	Gammeldags æblekage
24	Med citronsovs og smørdampede gulerødder	Med flødeskum og ribsgele
FRE	Baconrulle	Fløderand
25	Med skysovs, rysteribs og drueagurker	Med karmelsovs
LØR	Høsefrikassé	Pære i portvin
26	Med persille og agurkesalat	Hjemmesyltet pære med råcreme
SØN	Flæskesteg	Sherryfromage
27	Med hjemmekogt rødkål og brunede kartofler	Med chokolade og nødder
MAN	Lasagne	Sveskegrød
28	Med hvide bønner, rodfrugter og hvidkålsalat	Med Fløde
TIR	Kogt oksekød	Mikkelsdagssuppe
29	Med flødepeberødssovs og grønne bønner	Oksekødssuppe med urter /ristoppe
ONS	Fiskefrikadeller	Fersken
30	Med caperssovs, citron og gulerødsråkost	Med makronflødeskum

Spørgsmål omkring allergener kontakt køkkenet

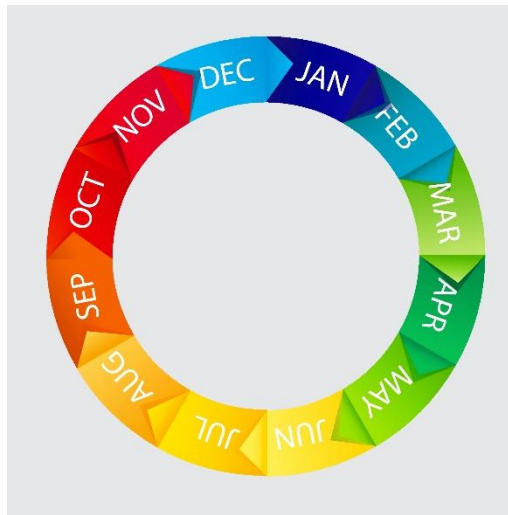


Aftenmenu for september

Frokost weekend plejen september måned

Dato	Menu frokost
5	Æggekage med bacon, tomat, purløg og rugbrød Franskbrød med ost og pynt
6	Sild/rugbrød Frikadeller med rødkål og rugbrød Brie/druer
12	Skinkestang med råkost Ost/kiks
13	Sild/rugbrød Tarteletter med skinke, gulerødder og ærter Franskbrød med ost og pynt
19	Pølser med brød, sennep, ketchup, rå løg, agurkesalat Brie/druer
20	Sild/rugbrød Farseret ribbensteg med agurkesalat og rugbrød Ost/kiks
26	Bagt Bolognese med parmesan Franskbrød med ost og druer
27	Sild/rugbrød Kylling med drueagurk og rugbrød Brie/druer

Årets større begivenheder



September:

**Tur i Sommerhus
Uge 38**

Oktober:

**Høstfrokost
Den 20. oktober og 22. oktober**

November:

**Julebazar
Søndag den 29. november**

December:

**Julefrokost
Den 9. december og 10. december**

Aktivitetskalender for hele huset

Dato	Tidspunkt	Aktivitet	Lokation
Tirsdag 1/9	Kl. 10	Cykeltur til Byparken for at male bænke sammen med kreative hus for børn (begrænset antal pladser)	Ude
	Kl. 16	Mandeklub (<i>Lasse</i>)	Cafeen
Onsdag 2/9	Kl. 10.30	Quiz	2. sal
	Kl. 12	Cykeltur med Stuen	Ude
	Kl. 14.30	Fællessang	1. sal
	Kl. 17.30	Spisegruppe	1.sal
	Kl. 17.30	Spisegruppe	3. sal
Torsdag 3/9	Kl. 10	Tur rundt til Sankt Hans i golfvogne for 1. sal (begrænset antal pladser)	Ude
	Kl. 10.30	Højtlesning	2. sal Folkestuen
	Kl. 12	Cykeltur for 1. sal	Ude
	Kl. 15	Maleri (begrænset antal deltagere)	3. sal
Fredag 4/9	Kl. 10.30	Legestue med hjemmepasser-gruppe	3.sal
	Kl. 12	Cykeltur med 1. sal	Ude
	Kl. 15	Cykeltur med Stuen	Ude
	Kl. 15	Bustur for 2. sal	Ude
Weekend 5/9 - 6/9			

Aktivitetskalender for hele huset

Dato	Tidspunkt	Aktivitet	Lokation
Mandag 7/9	Kl. 10.30	Højtlæsning	3. sal
	Kl. 11.15	Træning	3. sal
	Kl. 12	Cykeltur med 2. sal	Ude
	Kl. 13	Cykeltur til Super Koi (begrænset antal pladser)	Ude
	Kl. 14.30	Fællessang	1. sal
	Kl. 15	Træning	1. sal Øst
	Kl. 16	Træning	2. sal Øst
	Kl. 16.45	Træning	2. sal Vest
	Kl. 16	Gåtur med pårørende og beboere. Kaffe i cafeen bagefter.	Ude
	Kl. 17.30	Spisegruppe	1.sal
Tirsdag 8/9	Kl. 10	Legestue med børn fra Trekroner Børnehus (begrænset antal pladser)	1. sal
	Kl. 13.30	Højtlæsning	1. sal
	Kl. 13.30	Cykeltur med Stuen	Ude
	Kl. 13.30	Cykeltur med 1. sal	Ude
	Kl. 14.30	Fællesang	Stuen
	Kl. 16	Mandeklub	Cafeen
Onsdag 9/9	Kl. 10.30	Quiz	2. sal
	Kl. 12	Cykeltur med 2. sal	Ude
	Kl. 14.30	Fællesang	3. sal
	Kl. 17.30	Spisegruppe	3. sal
Torsdag 10/9	Kl. 9.30	Cykeltur til fernisering af bænke i Bypark, malet med Kreative Hus for Børn (begrænset antal pladser)	Ude
	Kl. 12	Cykeltur med 3. sal	Ude
	Kl. 13.30	Højtlæsning	3. sal
	Kl. 15	Maleri (begrænset antal deltagere)	3. sal
Fredag 11/9	Kl. 11	Banko	3. sal
	Kl. 15	Bustur for 1.sal	Ude
Weekend 12/9 - 13/9			

Aktivitetskalender for hele huset

Dato	Tidspunkt	Aktivitet	Lokation
Mandag 14/9	<i>Kl. 10</i>	Tur til sommerhus i Gershøj for 1. sal	Ude
	<i>Kl. 15</i>	Aftentur til sommerhus i Gershøj for 1. sal	Ude
	<i>Kl. 11.15</i>	Træning	3. sal
	<i>Kl. 15</i>	Træning	1. sal Øst
	<i>Kl. 16</i>	Træning	2. sal Øst
	<i>Kl. 16.45</i>	Træning	2. sal Vest
Tirsdag 15/9	<i>Kl. 10</i>	Tur til sommerhus i Gershøj for Stuen	Ude
Onsdag 16/9	<i>Kl. 10</i>	Tur til sommerhus i Gershøj for 2. sal	Ude
	<i>Kl. 13.30</i>	Gudstjeneste	Cafeen
	<i>Kl. 15</i>	Aftentur til sommerhus i Gershøj for 3. sal	Ude
Torsdag 17/9	<i>Kl. 10</i>	Tur til sommerhus i Gershøj for 3. sal	Ude
	<i>Kl. 15</i>	Aftentur til sommerhus i Gershøj for 2. sal	Ude
Fredag 18/9	<i>Kl. 10</i>	Tur til sommerhus i Gershøj for alle etager	Ude
	<i>Kl. 11.15</i>	Træning	3. sal
Weekend 19/9 - 20/9			

Aktivitetskalender for hele huset

Dato	Tidspunkt	Aktivitet	Lokation
Mandag 21/9	Kl. 10.30	Højtlesning	2. sal
	Kl. 11.15	Træning	3. sal
	Kl. 13.30	Gåtur	Ude
	Kl. 15	Håndmassage og snak	2. sal Folkestuen
	Kl. 15	Træning	1. sal Øst
	Kl. 16	Træning	2. sal Øst
	Kl. 16.45	Træning	2. sal Vest
	Kl. 16	Gåtur med pårørende og beboere. Kaffe i cafeen bagefter	Ude
	Kl. 17.30	Spisegruppe	1.sal
Tirsdag 22/9	Kl. 10.30	Bustur til Præstø med madpakker for Stuen og 1. sal	
Onsdag 23/9	Kl. 10	Tur rundt til Sankt Hans i golfvogne for 2. sal (begrænset antal pladser)	Ude
	Kl. 13.30	Cykeltur for 3. sal	Ude
Torsdag 24/9	Kl. 13.15	Guidet fælleslæsning (begrænset antal pladser)	2. sal Folkestuen
Fredag 25/9	Kl. 11	Banko	1. sal
	Kl. 14.30	Cykeltur med Stuen	Ude
Weekend 26/9 - 27/9			

Aktivitetskalender for hele huset

Dato	Tidspunkt	Aktivitet	Lokation
Mandag 28/9	Kl. 10.30	Digitale Erindringskuffert	Stuen Mødelokalet
	Kl. 11.15	Træning	3. sal
	Kl. 13.30	Højtlesning	2. sal Folkestuen
	Kl. 15	Træning	1. sal Øst
	Kl. 16	Træning	2. sal Øst
	Kl. 16.45	Træning	2. sal Vest
Tirsdag 29/9	Kl. 10.30	Cykeltur i Roskilde med andre plejecentre (begrænset antal pladser)	Ude
	Kl. 13.30	Højtlesning	1. sal
	Kl. 14.30	Cykeltur med Stuen	Ude
Onsdag 30/9	Kl. 10.30	Åbent i krearummet	1. sal
	Kl. 13.30	Cykeltur med 1. sal	Ude
	Kl. 17.30	Spisegruppe	1.sal
Torsdag 1/10	Kl. 10.30	Bustur med 2. sal	Ude
	Kl. 13.30	Højtlesning	3. sal
Fredag 2/10	Kl. 11	Banko	2. sal
Weekend 3/10 - 4/10			

Aktivitetskalender for hele huset

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

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

Ret til ændringer i aktivitetsplanen forbeholdes.

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

