

Senioravisen

Marts 2026



Ældrecentret Nygårds Plads 30-32, 2605 Brøndby

Marianne har ordet



Kære Beboere

Marts måned begynder med en **fødselsdag!** Ældrecentret Nygårds Plads fylder **38 år**. En fødselsdag skal selvfølgelig fejres, det er altid noget særligt! I år bliver fødselsdagen ikke fejret på selve dagen, men der serveres dog fødselsdagslagkage til jer beboere søndag den 1. marts.

Fødselsdagen fejres **mandag den 2. marts**, hvor vi starter med fødselsdagsmorgenbord i alle afdelingerne!



Et stort hurra for centret!
Tillykke med fødselsdagen!



På centret arbejder vi fortsat med flere faglige emner. Vi arbejder med forskellige **kvalitetsprojekter**, hvor formålet er at forbedre og sikre vores interne arbejdsgange, så vi kan handle optimalt, med fokus på den forebyggende vinkel. Vi vil gerne **undgå fejl**, så der fx ikke opstår sår, medicinfejl, infektioner og fald hos jer beboere. Vi er nu i gang med emnet **infektioner**, hvor vi løbende tilretter forskellige arbejdsgange, så infektioner i det omfang det er muligt, undgås. Vi vil sammen med andre områder i kommunen, gerne udvikle de redskaber, der kan forebygge infektioner, så I beboere, slipper for unødige indlæggelser og behandlinger.

Traditionen tro afholdes der **fælles påskefrokost onsdag den 25. marts**.

Så sæt et stort kryds i kalenderen. Vi mødes på afdelingerne og sammen nyder vi en god frokost, krydret med sange og hinandens gode selskab.

I marts måned kan alle jer beboere som vanligt deltage i NADA tilbud samt sang og bevægelsesaktiviteter, **se aktivitetsoversigten for marts 2026!**

Der afholdes møde i **brugerpårørenderådet tirsdag den 10. marts**. Hvis der er **pårørende eller beboere**, der ønsker at være repræsentanter i centrets Brugerpårørenderåd, så er det meget velkomment. Så hvis det er noget du overvejer, kunne være noget for dig, så hold dig endelig ikke tilbage!

Vores **journalssystem Nexus** bliver ændret her i marts, hvilket helt konkret betyder, at personale i ugerne 12, 13 og 14 bliver undervist i brugen af det nye system og derefter skal de overføre data fra den gamle journal til den nye journal på alle beboere på centret.

Foråret er på vej og derfor får I lige et af mine yndlingsdigte fra Benny Andersen, "Samlede digte 1960-2001"

"Lige før forår"

*Der står i den frysende morgen
en tone der snart vil tø
Om lidt er stilheden moden
og åbner sig som et frø.*

*I denne luft er der farver
dit øje ikke kan se.
De venter som dybder i rummet
over den blinde sne.*

*Stille. Vent med at tale.
Sæt ikke noget i gang.
En dråbe stilhed mere
og luften er fuld af sang.*

Mange forårshilsner
Marianne Strømsted
centerleder



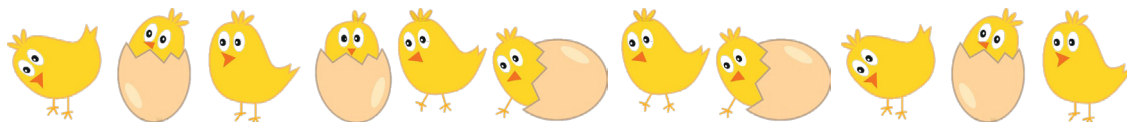
Henrik fra Dronningmølle, skulle ha' besøgt os med kamelen Abu og æslet Pepe i november måned. Desværre måtte de aflyse på grund af snevejr, og vi aftalte de kom en anden dag. Nu er der sket det, at Abu blev meget syg, og gik bort. Heldigvis har Henrik flere kameler, så når det bliver lidt varmere kommer han med en smuk lys kamel, der hedder Razoul og det popkorn-glade æsel Pepe.

Så glæd jer – vi vender tilbage med en ny dato, så snart vi hører fra Henrik.



Den 29. januar spillede vi banko og spiste lagkage på afdeling 1 - efter stærkt ønske fra beboerne. Det var SÅ hyggeligt.





Påskefrokost



Kære beboere



Så skal vi holde påskefrokost på afdelingerne
onsdag den 25. marts kl. 11.30 -15.00

Vi skal have en traditionel påskefrokost menu, med koldt bord og lune retter:

- Karrysild – stegt sild
- Røget laks
- Hønsesalat
- Rødspætter
- Tarteletter
- Frugtsalat



Drikkevarer bestående af: Tuborg påskebryg, øl, vin, snaps og vand. Der vil være chokoladepåskeæg til kaffen.

Vi afholder amerikansk lotteri, med flotte gevinster. Pris for lodder - 4 stk. for 20,- kr.

Påskefrokosten er gratis for beboere – og vi sidder i vores fælles spisestue. Pårørende er velkomne – det koster 200,- kr. Man skal spise inde i sin pårørendes lejlighed, med mindre personalet vurderer, at der er plads i den fælles spisestue.

Bindende tilmelding og **kontant** betaling skal ske til administrationen senest mandag d. 16. marts kl. 14.00.

Vi glæder os til en hyggelig dag i påskens tegn.



Menuplan - 1

1. Flæskesteg, skysauce, kartofler, rødkål
2. **Husets fødselsdag**
3. Fiskeret fra Skagen, aspargessauce, kartofler, gulerødder
4. Kyllingefrikadeller, pikantsauce, kartofler, majs
5. Grøntsagslasagne, salat, dressing, brød
6. Koteletter i fad, tomatsauce, ovnkartofler, surt
7. Flødegullasch, kartoffelmos, bagte gulerødder
8. Stegt nakke, champignonsauce, kartofler, bønner
9. Chili con kalkun, ris, brød
10. Forloren hare, vildtsauce, kartofler, blomkål, gelé
11. Dampet fisk, rød hollandaisesauce, kartofler, broccoli
12. Brændende kærlighed, bacontern, stegte rodfrugter, rødbeder
13. Hofgryde, kartofler, surt
14. Paprikakylling, skysauce, bagekartoffel, agurkesalat
15. Benløse fugle (gris), flødesauce, kartofler, gulerødder, gelé
16. Hakkebøf, skysauce, bløde løg, kartofler, rødbeder
17. Gartnerens bolognese, kartoffelmos, surt
18. Boller i selleri, kartofler, råkost
19. Fiskefrikadeller, citronsauc, kartofler, bagte rodfrugter, remoulade
20. Farseret porre, skysauce, kartofler, surt
21. Spr. kalkuncuvette, skysauce, kartofler, ærter
22. Ribbensteg, skysauce, kartofler, agurkesalat, rabarberkompot
23. Svensk pølseret, purløg
24. Stegt fisk, persillesauce, kartofler, råkost
25. Hjerter i flødesauce, urtekartoffelmos, bønner
26. Skipper labskovs, rugbrød, rødbede, persillesmør
27. Frikadeller, skysauce, kartofler, bagt spidskål
28. Butterchicken, ris, brød

marts 2026

Islagkage med flag



Chokolademousse, flødeskum

Æblegrød, mælk/fløde

Pandekager, syltetøj

Blomkålssuppe, brød



Mokkafromage, flødeskum

Vaniljeis, frugtsauce



Skovbærgrød, mælk/fløde

Hybensuppe, flødeskum

Karrysuppe m. kyllingestykker

Æble-stikkelsbærgrød, mælk/fløde

Laksemousse m. pynt, dressing, brød

Chokoladebudding, flødeskum

Nougatis, karamelsauce



Varm æblesuppe, flødeskum

Syltede blommer, råcreme

Rabarbergør, mælk/fløde

Forårsdessert, flødeskum

Tomatsuppe, brød



Sherryfromage, flødeskum

Chokoladeis, vafler



Varm hyldebærsuppe m. æbler, tvebakker

Jordbær-blåbærgrød, mælk/fløde

Bagte æbler, vaniljeflødeskum

Abrikosgrød, mælk/fløde

Rejesalat, brød

Rababerkage m. smuldredej, creme fraiche

Når det er vinter og sneen daler, er det altid hyggeligt at sidde indenfor med en kop kakao og spille spil. Det er hvad mændene på mandeholdet gjorde denne dag. En hyggelig dag mere flere forskellige brætspil, hygge, snak grin og med lidt lækkert til ganen.

Kom frisk ned til mandeholdet torsdage kl. 10:30



Februar er tit den koldeste vintermåned med sne og frost. Men lyset vender tilbage og naturen begynder at vågne igen. Vintergækken begynder så småt at titte op af jorden, og det samme med erantis og krokus.

Vi glæder os til foråret, og kan komme ud i haven igen.

Hilsen

Hanne Petersen og Merete Petersen,
fra afdeling 3



Kom ned og vær' med til banko
tirsdag d. 10 marts kl. 10.00
måske er det dig der har heldet med dig



Sko salg

Den 6. marts kommer der skosalg nede i caféen kl. 10.15 til kl. 12.30.

Der vil være sko i alle prisklasser, så kom ned og se hvad Dorte har at tilbyde.

På gensyn.



Igen en kæmpe fornøjelse at lave quiz med Peter Michael, der blev sunget alt fra Elvis, Birthe Kjær, Kim Larsen osv. Det skaber altid en god stemning med en venskabelig konkurrence og Peter Michael forstår bare at finde de rigtige sange. I dag var temaet Melodi Grand Prix.



**Næste gang vi har musikquiz er torsdag d. 19. marts.
Kom ned i cafeen og spil med, vi har det så hyggeligt.**

Hilsen Aktiviteten.

Aktiviteter - marts 26			
Mandag den 2.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 1
Mandag den 2.	NADA	13.15 - 14.15	Afd. 2
Mandag den 2.	Husets fødselsdag	08.00 - 11.00	Alle afdelinger
Mandag den 2.	Bevægelse v. Bizhan & Sara	13.00 - 13.45	Afd. 3, 2.sal
Tirsdag den 3.	Besøg af Sydame Annette	10.30 - 12.00	Afd. 1
Tirsdag den 3.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 3
Tirsdag den 3.	Bevægelse v. Jannie	10.30 - 11.15	Afd. 2, 3. sal
Tirsdag den 3.	Bevægelse v. Malene	10.30 - 11.15	Afd. 1, 2. sal
Tirsdag den 3.	Bevægelse v. Lillian	10.30 - 11.15	Afd. 1, 1. sal
Onsdag den 4.	Sang med Kristian + dagplejebørn	09.45 - 11.30	Café Nygård
Onsdag den 4.	Bevægelse v. Leif	11.00 - 11.45	Afd. 3, 3. sal
Torsdag den 5.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 3
Torsdag den 5.	Mandehold	10.30 - 11.30	Glasgangen
Torsdag den 5.	Bevægelse v. Merete	10.30 - 11.15	Afd. 1, 2. sal
Torsdag den 5.	Bevægelse v. Laila & Felicia	10.30 - 11.15	Afd. 2, 4. sal
Fredag den 6.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 1 og 2
Fredag den 6.	Fredagsbar	13.15 - 14.30	Stueetage
Mandag den 9.	Bevægelse v. Bizhan & Sara	13.00 - 13.45	Afd. 3, 2.sal
Mandag den 9.	Sang med Peter Michael	11.00 - 11.45	Afd. 3
Mandag den 9.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 1
Mandag den 9.	NADA	13.15 - 14.15	Afd. 2
Tirsdag den 10.	Banko	10.00 - 11.30	Café Nygård
Tirsdag den 10.	Bevægelse v. Malene	10.30 - 11.15	Afd. 1, 2. sal
Tirsdag den 10.	Bevægelse v. Jannie	10.30 - 11.15	Afd. 2, 3. sal
Tirsdag den 10.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 3
Onsdag den 11.	Bevægelse v. Leif	11.00 - 11.45	Afd. 3, 3. sal
Torsdag den 12.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 3
Torsdag den 12.	Bevægelse v. Merete	10.30 - 11.15	Afd. 1, 2. sal
Torsdag den 12.	Bevægelse v. Laila & Felicia	10.30 - 11.15	Afd. 2, 4. sal
Torsdag den 12.	Mandehold	10.30 - 11.30	Glasgangen
Fredag den 13.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 1 og 2
Mandag den 16.	Sang med Peter Michael	11.00 - 11.45	Afd. 2
Mandag den 16.	Bevægelse v. Bizhan & Sara	13.00 - 13.45	Afd. 3, 2.sal
Mandag den 16.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 1
Mandag den 16.	NADA	13.15 - 14.15	Afd. 2
Mandag den 16.	Sang med Peter Michael	13.15 - 14.00	Afd. 1
Tirsdag den 17.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 3
Tirsdag den 17.	Kirken på besøg (afd. 3)	10.30 - 11.30	Lokale 3
Tirsdag den 17.	Bevægelse v. Jannie	10.30 - 11.15	Afd. 2, 3. sal
Tirsdag den 17.	Bevægelse v. Malene	10.30 - 11.15	Afd. 1, 2. sal
Tirsdag den 17.	Bevægelse v. Lillian	10.30 - 11.15	Afd. 1, 1. sal
Onsdag den 18.	Sang med Kristian	10.30 - 11.30	Café Nygård
Onsdag den 18.	Bevægelse v. Leif	11.00 - 11.45	Afd. 3, 3. sal
Torsdag den 19.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 3
Torsdag den 19.	Bevægelse v. Merete	10.30 - 11.15	Afd. 1, 2. sal
Torsdag den 19.	Bevægelse v. Laila & Felicia	10.30 - 11.15	Afd. 2, 4. sal

Torsdag den 19.	Mandehold	10.30 - 11.30	Glasgangen
Fredag den 20.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 1 og 2
Fredag den 20.	Fredagsbar	13.15 - 14.30	Stueetage
Mandag den 23.	Sang med Peter Michael	11.00 - 11.45	Afd. 3
Mandag den 23.	Bevægelse v. Bizhan & Sara	13.00 - 13.45	Afd. 3, 2.sal
Mandag den 23.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 1
Mandag den 23.	NADA	13.15 - 14.15	Afd. 2
Tirsdag den 24.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 3
Tirsdag den 24.	Kirken på besøg	10.30 - 11.30	Afd. 2
Tirsdag den 24.	Bevægelse v. Jannie	10.30 - 11.15	Afd. 2, 3. sal
Tirsdag den 24.	Bevægelse v. Malene	10.30 - 11.15	Afd. 1, 2. sal
Tirsdag den 24.	Bevægelse v. Lillian	10.30 - 11.15	Afd. 1, 1. sal
Tirsdag den 24.	Kirken på besøg	13.30 - 14.30	Afd. 1
Onsdag den 25.	Påskefrokost	11.30 - 15.00	Alle afdelinger
Torsdag den 26.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 3
Torsdag den 26.	Bevægelse v. Merete	10.30 - 11.15	Afd. 1, 2. sal
Torsdag den 26.	Bevægelse v. Laila & Felicia	10.30 - 11.15	Afd. 2, 4. sal
Torsdag den 26.	Mandehold	10.30 - 11.30	Glasgangen
Fredag den 27.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 1 og 2
Mandag den 30.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 1
Mandag den 30.	NADA	13.15 - 14.15	Afd. 2
Mandag den 30.	Sang med Peter Michael	11.00 - 11.45	Afd. 2
Mandag den 30.	Bevægelse v. Bizhan & Sara	13.00 - 13.45	Afd. 3, 2.sal
Mandag den 30.	Sang med Peter Michael	13.15 - 14.00	Afd. 1
Tirsdag den 31.	Bevægelse v. Jannie	10.30 - 11.15	Afd. 2, 3. sal
Tirsdag den 31.	Bevægelse v. Malene	10.30 - 11.15	Afd. 1, 2. sal
Tirsdag den 31.	Bevægelse v. Lillian	10.30 - 11.15	Afd. 1, 1. sal

Der er ingenting i verden så stille som sne



1. Der er ingenting i verden så stille som sne,
når den sagte gennem luften daler,
dæmper dine skridt,
tysser, tysser blidt
på de stemmer, som for højlydt taler.



2. Der er ingenting i verden af en renhed som sne,
svanedun fra himlens hvide vinger.
På din hånd et fnug
er som tåredug.
Hvide tanker tyst i dans sig svinger.

3. Der er ingenting i verden, der kan mildne som sne.
Tys, du lytter, til det tavse klinger.
O, så fin en klang,
sølvklokkesang
inderst inde i dit hjerte ringer.

Vi havde fornøjelsen af at have besøg af Nygårds Kirken, hvor temaet var fastelavn som i gamle dage ☺ Vi talte bl.a. om fastelavnsris, som oprindeligt blev brugt til at rise børn eller frugtbarhedsritualer, før det blev til en leg for børn. Vi sang fastelavnssange blandt andet "fastelavn er mit navn", "Oppe i Norge" og "Jeg sætter min hat som jeg vil". Der var god stemning og musik, både fra beboerne, klaveret og koret fra kirken.

Vi havde alle fået flotte hatte på. Vi slog også katten af tønden, men vi var så optaget, at vi glemte at tage billeder.

Tak til Nygårds Kirken, for hver måned at komme her på Nygårds Plads, med nyt tema for arrangementerne.

