

Senioravisen

Juni 2025



Ældrecentret Nygårds Plads 30-32, 2605 Brøndby

Marianne har ordet



Forsommeren er vel nok årets smukkeste og rareste årstid, fyldt med forventninger, med længere dage og varmere temperaturer.

Jeg vil her opfordre jer beboere til at gå en tur i haven og se på de mange flotte blomster eller blot nyde haven og vejret.

I drivhuset i baggården, er der plantet chilli, melon, tomat og agurk-planter. I kan følge med i hvordan de gror og glæde jer til, at de senere kan smages.

Igen i år har kong Frederik inviteret til **Royal Run**. Dette foregår som vanligt i pinsen i de store byer rundt i landet. Her på Nygårds Plads har vi ligeledes en tradition for at afholde et **Royal Run for jer beboere**. Dette bliver afholdt fredag den 6. juni, så vi håber der er høj sol på dagen og at mange af jer beboere vil deltage.

I denne måned fejres **Sankthansaften**. Midsommerens arrangement bliver på centret afholdt torsdag **den 23. juni kl. 18.00 på afdelingerne** og som vanligt. **Når klokken er 20.00 tændes Sankthansbålet i haven** af de frivillige hjælpere og personalet.

Sankthansaften er i Danmark gennem tiderne blevet betragtet som en midsommeraften og derfor som den korteste nat på hele året. Sankt Hans eller midsommer har uden tvivl været den vigtigste af midsommerens fester i Norden med spil, dans, mad og drikke. Ligesom juleaften er Sankthansaften et levn fra forhistoriske tider og skikke, hvor årets korteste dag, **vintersolhverv**, og årets længste dag, **sommersolhverv**, blev fejret. Ifølge folkesagnet var denne aften og nat ladet med en særlig kraft. Man mente, at lægeurter indsamlet Sankt Hans nat var mere kraftfulde, ligesom duggen på græsset i sig selv havde en helbredende virkning. Det samme havde også vandet i helligkilderne, hvorfor syge valfartede til dem denne aften og nat.

Så er tiden kommet hvor centrets **topersoners cykler** igen er klar til at blive taget i brug! Centret har cykler både med og uden elmotor! De kan til en hver tid benyttes af beboere og deres pårørende. Nøglerne udleveres af personalet i afdelingerne.

Med venlig hilsen og sommerhilsner fra
Centerleder Marianne Strømsted

Rocking Rollators kommer igen.

Nu kan vi godt begynde og glæde os til et gensyn. Onsdag d. 4. juni kl. 10.30 kommer Rocking Rollators forbi og sørger for en fest. Så kridt skoene og find bast skørterne frem. Kom ned i haven, i forhåbentlig fantastisk vejr.

Vi glæder os til at se jer – Connie, Rikke og Mia.



Mark Emil kommer igen på besøg mandag d. 16. juni kl. 10.30.

Dette er altid en helt særlig oplevelse og denne gang har han to forskellige ugler med. Vi ses i den lukkede del af caféen

Dørene bliver lukket kl. 10.30 – så sørg for at komme i god tid, så vi ikke har ugler flyvende rundt i hele huset 😊



Stor tak til Peter, som inviterede til sang, dans og kage i anledning af hans runde fødselsdag. Vi synes det var et skønt arrangement.



Mange hilsner
Grethe-Marie, Marete og Gert fra afdeling 2, 3. sal

Nu kan vi begynde at mærke, at vejret bliver lidt lunere.
Palle og Johanne forsøgte sig med en cykeltur i det gode vejr.



Det er så dejligt med knald gode elever, som med glæde giver en hånd med på mandeholdet. Det giver både anledning til sved på panden, smil og grin.
Kom endelig ned og vær' med..



Jeg har tilmeldt mig
ROYAL RUN '25
Skal du også med?

**Fredag d. 6. juni kl. 10.30
afholder vi som altid Royal Run i haven.**

Kom ned og få rørt benene, der er guldmedaljer til alle.
Vi glæder os helt vildt meget til at se jer alle.



Menuplan

Søndag	1.	Nakkesteg m. skysauce, kart., agurksalat, rabarber
Mandag	2.	Hakkebøf m. kold bernaiscreme, stegte kartofler
Tirsdag	3.	Falafel, bulgursalat, humus, krydderdressing
Onsdag	4.	Kreolske koteletter, sauce og kartofler
Torsdag	5.	Dampet fisk m. st.spinat, kartofler, mix salat
Fredag	6.	Gryderet a lá espagnole, kuvertbrød med smør
Lørdag	7.	Hønsfrikasse, kartofler, persilledrys
Søndag	8.	Skinke, bearnaisesauce, kartofler og stegte gulerødder
Mandag	9.	Enebærgryde med kartofler, gulerødder
Tirsdag	10.	Vegetarisk paprikagryde, kartoffelmos, asier
Onsdag	11.	Flæskeæggekage m/ flæsk, bacon, tomat, purpur
Torsdag	12.	Bagt fisk m. kartofler, dildsauce & smørbagt s
Fredag	13.	Kotelet i fad, persillekartofler, drueagurk
Lørdag	14.	Sydhavskylling med ris, blandet salat og dress
Søndag	15.	Braiseret svinebryst, sauce, kartofler, rabarber
Mandag	16.	Millionbøf m/ urter, pasta, surt
Tirsdag	17.	Tomattærte, blandet grøn salat og dressing
Onsdag	18.	Frikadeller, kold kartoffelsalat, blandet salat
Torsdag	19.	Sejkræbinet m. kold rem.sauce, kartofler, citro
Fredag	20.	Chili con kalkun, blandet salat med dressing o
Lørdag	21.	Skinkesnitzel, paprikasauce, kartofler, agurke
Søndag	22.	Kogt kalv i frikassé med persillekartofler
Mandag	23.	St.revelsben, pølser, kold kart. salat, blandet s
Tirsdag	24.	Grønsagskarbonade, champignonssauce, ovnk
Onsdag	25.	Fiskefilet m. broccoli og ostefyld, hvidvinssau
Torsdag	26.	Amerikansk farsbrød , kold kryddersauce, ste
Fredag	27.	Beuf stroganoff, kartoffelmos, surt
Lørdag	28.	St. Nakkesteg, skysauce, kartofler, rabarberko
Søndag	29.	Stegt kyllingebr. m/ persille, skysauce, ½ bage
Mandag	30.	Farserede porrer, skysauce, kartofler, råkostsa

- juni 2025

Rabarberkompot

Vafler & ærter



Is m. jordbærsauce

Blommegrød m/ mælk

Kartoffelsuppe m/ bacondryss

Koldskål m/ kammerjunker

Pandekager m/ syltetøj

Æblegrød m. fløde



Rabarberkage

Rabarberkage m/ flødeskum

Tricolore is m/ vafler

Æblerød

Frugtsalat m/ råcreme

Æble og rugbrød



Tunmousse m/ dressing og flutes

Spidskål

Jordbær m/ fløde

Koldskål m/ ristede havregryn

Rombudding m. karamelsauce

Hindbærg

Hindbærggrød m/ fløde

Rabarberkompot, agurkesalat

Jordbæris m/ knust makron

Stikkelsbærggrød m/ fløde

Koldskål m/ kammerjunker

Ferskner m/ flødeskum

Jordbærggrød m/ fløde

Chokolademousse m/ flødeskum

Rabarbertrifli m. flødeskum

Nougatis m/ vafler

Agurkesalat m. dressing

Jordbær/rabarberkage m. flødeskum

Kartofler, surt

Tomatsuppe m. kuvertbrød

Sauce, kartofler, broccoli

Rødgrød m/ fløde

Stegte kartofler, salat

Hybensuppe m/ flødeskum

Ymerfromage m/ kirsebærsauce



Tomatkompot

Pandekager m/ syltetøj

Æblekartoffel, agurkesalat

Chokoladeis m/ lys chokoladesauce

Agurkesalat m/ persille

Gulerødssuppe med creme fraiche

Vores allesammens Martin var her d. 22. maj. Han er helt speciel. Han synger dejlige sange, fortæller sjove vittigheder, og man kan kun have en fest sammen med ham.



I juni måned er det sidste gang inden sommerferien, at vi afholder banko.
Så kom ned og lad os håbe at lykken er med os.

**Tirsdag den 10. juni
kl. 10.00 i caféen**



Hilsen Aktiviteten

Torsdag den 12. juni kl.10.30 får vi besøg af Ohip, som vil forskønne jer med lækre ansigtsbehandlinger.

Kom ned i caféen, hvor vi har lavet en lille salon.



Husk der er gåtur med vores frivillige om torsdagen kl. 13.30.



Fælles aktiviteter på Ældrecentret Nygårds Plads – juni 2025

Mandag den 2.	Bevægelse v. Jannie	10.15 - 10.45	Afd. 2, 4. sal
Mandag den 2.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 1 og 2
Mandag den 2.	Bevægelse v. Bizhan og Leif	11.00 - 11.30	Afd. 3, 2.sal
Mandag den 2.	Sang med Peter Michael	13.15 - 14.00	Afdeling 3
Tirsdag den 3.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 3
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.	Rocking Rollators	10.30 - 11.30	Café Nygård
Onsdag den 4.	Bevægelse med Nanna	11.00 - 11.30	Afd. 3, 2. sal
Fredag den 6.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 1
Fredag den 6.	Fredagsbar	13.15 - 14.30	Stueetagen
Tirsdag den 10.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 3
Tirsdag den 10.	Banko	10.00 - 12.15	Café Nygård
Tirsdag den 10.	Bevægelse v. Malene	10.30 - 11.15	Afd. 1, 2. sal
Tirsdag den 10.	Bevægelse v. Lillian	10.30 - 11.15	Afd. 1, 1. sal
Onsdag den 11.	Sang med Kristian	10.30 - 11.30	Café Nygård
Onsdag den 11.	Bevægelse med Nanna	11.00 - 11.30	Afd. 3, 2. sal
Torsdag den 12.	Mandehold	10.30 - 11.30	Glasgangen
Torsdag den 12.	Bevægelse v. Merete	12.00-12.45	Afd. 1
Torsdag den 12.	Gåtur med de frivillige	13.30 -	Hovedindgangen
Torsdag den 12.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 2 og 3
Fredag den 13.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 1
Mandag den 16.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 1 og 2
Mandag den 16.	Bevægelse v. Bizhan og Leif	11.00 - 11.30	Afd. 3, 2.sal
Mandag den 16.	Sang med Peter Michael	13.15 - 14.00	Afdeling 3
Tirsdag den 17.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 3
Tirsdag den 17.	Kirken på besøg (afd. 3)	10.30 - 11.30	Lokale 3
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 med Nanna	11.00 - 11.30	Afd. 3, 2. sal
Torsdag den 19.	Bevægelse v. Merete	12.00-12.45	Afd. 1
Torsdag den 19.	Mandehold	10.30 - 11.30	Glasgangen
Torsdag den 19.	Gåtur med de frivillige	13.30 -	Hovedindgangen
Torsdag den 19.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 2 og 3
Fredag den 20.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 1
Mandag den 23.	Bevægelse v. Jannie	10.15 - 10.45	Afd. 2, 4. sal
Mandag den 23.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 1 og 2
Mandag den 23.	Sang med Peter Michael	11.00 - 11.45	Afdeling 2
Mandag den 23.	Bevægelse v. Bizhan og Leif	11.00 - 11.30	Afd. 3, 2.sal
Mandag den 23.	Sang med Peter Michael	13.15 - 14.45	Afdeling 1
Mandag den 23.	Sankt Hans	18.00	På afdelingerne
Tirsdag den 24.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 3
Tirsdag den 24.	Kirken på besøg	10.30 - 11.30	Afdeling 1
Tirsdag den 24.	Bevægelse v. Malene	10.30 - 11.15	Afd. 1, 2. sal

Onsdag den 25.	Sang med Kristian	10.30 - 11.30	Café Nygård
Onsdag den 25.	Bevægelse med Nanna	11.00 - 11.30	Afd. 3, 2. sal
Torsdag den 26.	Mandehold	10.30 - 11.30	Glasgangen
Torsdag den 26.	Bevægelse v. Merete	12.00-12.45	Afd. 1
Torsdag den 26.	Gåtur med de frivillige	13.30 -	Hovedindgangen
Torsdag den 26.	NADA	10.30 – 12.00	Afd. 2 og 3
Fredag den 27.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 1

Fejl på sidste måneds kryds og tværs

Der skal lyde et stort undskyld fra den kryds og tværs ansvarlige.

Der skete en fejl 40, hvor kryds & tværsen blev sendt lidt for hurtigt i trykken.










Men jer der opdagede det, fik lov til, at sende den ind blank eller komme med et kreativt svar. Og det skal jeg love for, at I kom med, så tak for: sommersol, sejlskibe, dåseåbner og aktivitet.

Alle os fra ”Aktiviteten” ønsker alle beboere, pårørende, gæster og personale en rigtig god sommer. Husk solcreme og en masse væske.



Månedens Quiz

Hver måned vil der blive trukket lod mellem alle der indleverer et svar. Vi trækker en heldig vinder. Løsningen afleveres til personalet på afdelingen eller til en aktivitetsmedarbejder.

15		9	1		MED-LYD	5. BOGST.
		3		6		
PIGE-NAVN					BE-STEMME	
18. BOGSTAV	8					2
ANGST-UDBRUD		1	 GRINEDE		7	
SANK	9			5		
	4					

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---



Svar kupon til kryds og tværs.

Svar: _____

Navn: _____

Afdeling: _____

Senest d. 15. i hver måned

Tillykke til Grethe, som vandt i sidste måned.