

Ryholtgård Nyt



God Sommer

Juli 2025

Husets informationer

Plejehjemmet Ryholtgård

82 32 52 00
Rymarksvej 23
2900 Hellerup

Forstander

Teresa Rousing Oberländer
Tlf. 82 32 52 50
Mail: Fb4z@kk.dk

Frisør

Kristel Andersen
tirsdag kl. 10 – 17
Tidsbestilling telefonisk
Tlf. 28 85 66 41
mobilePay: 26 81 77

Køkken- og serviceleder

Ninna D. Badenholt
Mail: gi7j@kk.dk
Tlf: 82 32 52 60

Afdelingsleder

Trine Treu-Willems
Mail: V71P@kk.dk
Tlf: 82 32 52 30

(Sabina Abieva på barsel)

Aktivitetsteam:

Tlf : 82 32 52 53 Pia aq1m@kk.dk Ferie uge 27-28-29
Tlf: 82 32 52 54 Kirsten Lg1v@kk.dk Ferie i uge 30-31-32



-Vil du cykle med vores Rickshaw cykel?

INGEN KØRETIMER fra 27.juni-20.juli.

Nye Køretimer tilbydes først igen fra uge30

Skriv til Pia: aq1m@kk.dk El. ring 82325253

OBS! Booking via Kirsten fra 27.juni-18.juli Lg1v@kk.dk

tlf 82325254

Du kan kun booke hvis du allerede er oplært i brug af cykel.



Forstander Teresa



Afdelingsleder Trine



Køkken og service Ninna

Middags Menuplan Juli 2025

Dag	Dato	Hovedret	Forret/dessert
Tirsdag	1	Asiatisk karrygryde med svinekød, peberfrugt, bambusskud og champignon hertil kartofler	Koldskål m. kammerjunker
Onsdag	2	Vegetardeller med kold kartoffelsalat pyntet m. tomatbåde og purløg	Jordbær med fløde
Torsdag	3	Tunsalat m. rejer, æg, salat og dressing	Æblegrød med sødmælk
Fredag	4	Fiskefrikadeller m. persillesauce, kartofler og dampet gulerødder	Rullende Ishus 2 frivillige kommer rundt på alle etager
Lørdag	5	Farsbrød m. ost hertil timianskysauce, kartofler og grøn salat m. mormordressing	Tiramisu
Søndag	6	Sprængt nakke med aspargessovs, kartofler og broccoli	Henkogt pære, cremesovs
Mandag	7	Hønsekødsuppe med boller og urter hertil flutes	Æbletærte med flødeskum
Tirsdag	8	Falafler m. karrysauce, ris og gulerodsråkost m. ærter	Krydderkage m. flødeskum
Onsdag	9	Højbelagt smørrebrød med æg, mayonnaise, bacon, tomat og purløg	Jordbær med fløde
Torsdag	10	Stegt laks m. hvidvinssauce, kartofler og salat m. majs, ærter og tomater vendt i olie-eddike-dressing	Koldskål m. kammerjunker
Fredag	11	Mormorgryde med kartofler og persilledrys hertil dampet broccoli	Ishus i forhaven/Kirsten + frivillige
Lørdag	12	Hakkebøf med bløde løg, skysauce, kartofler og syltede rødbeder	Belgisk vaffel m. jordbærmarmelade og flødeskum
Søndag	13	Kalkuncuvette m. skysauce, ovnbagte kartofler med krydderier og dampet blomkål	Gammeldags æblekage m. ribsgele
Mandag	14	Æggekage m. bacon hertil tomat og purløg	3 slags ost m. kiks og vindruer
Tirsdag	15	Tarteletter med høns i asparges	Ananaskage med flødeskum

Onsdag	16	Røde pølser m. brød, ketchup, remoulade, sennep, rå og ristet løg samt agurkesalat	Jordbær med fløde
Dag	Dato	Hovedret	Forret/dessert
Torsdag	17	Pastaskruer med kødsauce og revet ost	Koldskål med kammerjunker
Fredag	18	Fiskefrikadelle, kartoffelbåde, kold remouladesauce og dampet bønner	Rullende Ishus 2 frivillige kommer rundt på alle etager
Lørdag	19	Spansk millionbøf m. kylling, chorizo, linser, paprika og grøn peberfrugt hertil bulgur med persille	Jordbærgrød med sødmælk
Søndag	20	Farsbrød af gris, gule ærter, spidskål og æble med portvinssauce, kartofler og spidskålsalat med æble	Fersken m. makronskum
Mandag	21	Ærtesuppe med skyrtopping og ristet solsikkekerner	3 slags ost med vindruer og kiks
Tirsdag	22	Blomkålsgratin m. tomatsalat med feta, rødløg og oliven	Ananaskage m. flødeskum
Onsdag	23	Porretærte med bacon, salat og dressing	Jordbær med fløde
Torsdag	24	Stegt lever med bløde løg, skysauce, kartofler og asier	Koldskål med kammerjunker
Fredag	25	Kylling Bangkok med tomatsalat og ris	Isvafler på etagerne fra madvognen/fryseren
Lørdag	26	Maskeret blomkål med rejer, ærter, æg, dressing og flutes	Tiramisu
Søndag	27	Kold skinke med flødekartofler og dampet Haircuts verts	Nutellamousse pyntet m. jordbærrør og flødeskum
Mandag	28	Frikadeller m. stuvet spidskål hertil kartofler og syltede rødbeder	Jordbærgrød m. sødmælk
Tirsdag	29	Kartoffelsuppe med kikærter hertil bacondrys og flutes	Ananaskage m. flødeskum
Onsdag	30	Højtbelagt smørrebrød m. gravad laks med rævesauce, tomat, citron og asparges	Koldskål m. kammerjunker

Torsdag	31	Kartoffelæggekage med bacon, tomat, purløg og rugbrød	Jordbær m. fløde
----------------	-----------	---	------------------

Oplysninger om allergener kan fås ved at kontakte Køkken-og serviceleder Ninna Badenholt Ret til overraskelser forbeholdes

Aktivitetskalender Juli 2025

Tir 1. juli Uge 27 	Kl 15:00 Kl 17-18:00 Kl 18:50	Trio Cassiopeia, koncert i Multisalen Neglesalon og wellness 3. sal /Kirsten Besøg på 2. sal eller musik i haven /Kirsten
Ons 2. juli	Kl 10-12:00 Kl 14-15:00	Individuelt med Kirsten Vi mødes i haven eller på en altan /Kirsten
Tor 3. juli	Kl 11:00 Kl 14:00	Stolegymnastik i Multisalen /Kirsten, lukket hold, Aktiviteter udenfor med Kirsten
Fre 4. juli 	Kl.13:15-14:30	Rullende ishus 2 frivillige kommer rundt i huset med isvafler Kan evt. nydes på altanerne
Lør 5. juli		<i>Ingen planlagte aktiviteter</i>
Søn 6. juli		<i>Ingen planlagte aktiviteter</i>
Man 7. juli Uge 28	Kl 15-18:00	Neglesalon og wellness i stuen /Kirsten og musikhygge
Tir 8. juli	Kl 15:00 Kl 15:30-18:00	Individuelle aftaler /Kirsten Neglesalon og wellness 2. sal /Kirsten
ons 9. juli		<i>Ingen planlagte aktiviteter</i>
Tor 10. juli	Kl 11:00 Kl 14-16	Stolegymnastik i Multisalen /Kirsten, lukket hold, Kom med ud i naturen /Kirsten
fre 11. juli	Kl. 10:00	Individuelt med Kirsten

	KL.13:15-14:30	Ishus : Vi spiser isvafler i haven /Kirsten Hygger og lytter musik
Lør 12. juli		<i>Ingen planlagte aktiviteter</i>
Søn 13. juli	KL 14:30 KL 16:30 KL 18:50	Ture ud i det grønne /Kirsten Haveliv og hygge, se opslag / Kirsten Oplæsning for alle 1. sal /Kirsten
Man 14. juli Uge 29	KL 15-16:00 KL 16:30-18:00 KL 18:50	Neglesalon og wellness stuen /Kirsten Neglesalon og wellness 1. sal /Kirsten I stueetagen med musik /Kirsten
Tir 15. juli	KL 15:00 KL 15:30-18:00 KL 18:50	Individuelle aftaler /Kirsten Neglesalon og wellness 3. sal /Kirsten tilbud og terrasseliv 2. sal /Kirsten
Ons 16. juli	KL 10-12:00 KL 14:00	Individuelt med Kirsten Terrasseliv og ture ud /Kirsten
Tor 17. juli	KL 11:00 KL 14:00	Stolegymnastik i Multisalen /Kirsten, lukket hold, Udeaktiviteter, ring og spørg 352 54
Fre 18. juli 	KL.13:15-14:30	Rullende ishus 2 frivillige kommer rundt i huset med isvafler Kan evt. nydes på altanerne
Lør 19. juli		<i>Ingen planlagte aktiviteter</i>
Søn 20. juli		<i>Ingen planlagte aktiviteter</i>
Man 21. juli Uge 30	KL 11-12 KL 14:30	Formiddags Gåtur/kontakt Pia 1:1 aktiviteter /Pia
Tir 22. juli	KL 11 KL 14-15	Spil og motion i haven/Pia Individuelle aftaler/Kontakt Pia
ons 23. juli	KL 10:00-12 KL 14-15:30	Formiddag i Haven/Kontakt Pia Sommerhygge i forhaven/Kontakt Pia

Tor 24. juli	Kl 13:30 Kl 15-16:30 Kl 19-19:50	Gåture i parken/kontakt Pia Havehygge i forhaven/Pia Klassisk Musik og aftenhygge <u>for alle</u> Hvor: på 3.sals altan /Pia
Fre 25. juli		<i>Ingen planlagte aktiviteter</i>
Lør 26. juli		<i>Ingen planlagte aktiviteter</i>
Søn 27. juli		<i>Ingen planlagte aktiviteter</i>
Man 28. juli Uge 31	Kl 11-12 Kl 14-16	Formiddags Gåtur/kontakt Pia Sommersang i haven/Pia
Tir 29. juli	Kl 11 Kl 14-15	Spil og motion i haven/Pia Gåture i parken /Kontakt Pia
ons 30. juli	Kl 10-12 Kl 14-15	Sommerhygge i forhaven /Kontakt Pia Banko kun med 1.+2. sal beboere på 2. sal /Pia + Solveig
Tor 31. juli	Kl 14:30 Kl 17-18 Kl 19-19:50	Banko Kun med stuens beboere /Pia Banko Kun med 3. sal beboere /Pia <u>Aftenhygge for alle</u> hvor: på 3.sals altan /Pia

Tjek altid ugeplanen der hænger på alle etagers opslagstavler for ændringer, aflysninger, etc.

Pia 35253 holder sommerferie i ugerne 27-28-29

Kirsten 35254 holder sommerferie i ugerne 30-31-32

*

Kirken holder sommerferie

Fællessang holder sommerferie

Ryholtgård Nyt August udkommer d. 31. juli



Et heftigt Ildstænk mod det haarde Blaa
staar Middagssolen hed i strittende Straalen.
Den tørre Muldbrink er saa pulvergraa,
Insekter summer over Agerkaalen.

Den stille Dag sig strækker vidt og højt.
Omkring mig Myg og Sommerfugle svirrer.
Fra Luft og Løv der pibler klare Fløjt.
I glarfin Dis de fjerne Flader dirrer. — —

I Søens blanke, afmagtstunge Vand
staar Fisken stiv og dum fra Gab til Hale.
Nu slog den Snuden mod den bratte Strand
og nøs og dasked hen i Dybets Dale. . — —

Der ligger den paa Bund i Søen klar,
og fra dens Snude gaar tilvejs en Boble:
den stirrer op mod Overfladens Glar,
hvor Solen gynger som en ildgul Gople.

En Bondepige sidder i en Grøft —
med korte Særkeærmer, nøgne Arme.
Man ser det øverste af Barmens Kløft —
der ligger Draaber, Sol og Kødets Varme. — —

Det er saa varmt og godt ved Muld og Strand.
Det er en Sommerdag i Danmarks Land.

PÅ PLAKATEN:



Trio Cassiopeia

Klassisk koncert



1.juli kl 15:00



På Ryholtgård

Trio Cassiopeia er støttet af Østerbro Lokaludvalg og Knud Højgaards Fond

SÆT KRYDS I KALENDEREN:

**13. august Københavns Kommunes
Musik Festivaldag**

I Haven (multisalen v. regn) -pårørende meget velkomne