

Hjorten

Juli 2025



Husavis
Omsorgscentret Hjortespring

<http://omsorgscentrethjortespring.kk.dk/>
Facebook: Omsorgscentret Hjortespring Herlev



Nyt fra forstanderen

Kære alle sammen

Så er det blevet juli måned – den midterste af sommermånederne og også den måned hvor mange rejser på ferie både ud for at opleve Danmark, men også rundt om i hele verden.

Vel overstået er vores Skt. Hans fest hvor Mads spillede både efter maden og spillede og sang for til Midsommervisen. Jeg håber I alle hyggede jer lige så meget, som jeg gjorde, trods vi måtte søge ly for regnen, da vi tændte bålet.

Men Skt. Hans var ikke eneste arrangement, der blev påvirket af vejrguderne. Royal Run måtte i år flyttes indenfor pga. regn. Men det tog nu ikke gejsten fra hverken børnehavebørnene eller os selv. Vi havde en festlig formiddag.

I juli måned kan vi glæde os til at vi kan nyde at sidde udenfor og nyde det danske sommervejr, som forhåbentligt viser sig fra sin bedste side.

Vi kan også glæde os til endnu en aften – denne gang med Music for sjov, som kommer og spiller op til sang og dans.

I avisen vil I også finde information om vores sommerfest, hvor forberedelserne allerede er godt i gang. Sommerfesten afholdes den 16/8-25 så sæt kryds i kalenderen.

Rigtig god sommer

Inge



Forsidebillede: Birgit fra B1 og Kirsten fra Aktivitetscentret havde en hyggelig tur, da de gik sammen til Royal side Run på Hjortespring. Her viser de medaljer og diplom, som man kunne få efter deltagelsen.

KOM TIL GRILLAFTEN
OG KONCERT MED

'MUSIC FOR SJOV'

MANDAG DEN 7. JULI
KL. 16.30 - 19.30
I GÅRDHAVEN VED B-HUSET



DER SERVERES KYLLINGEBRYST MED KARTOFFELSALAT,
BLANDET SALAT OG FLUTES.

PRISEN ER 50 KR. INKL. EN ØL/VAND/GLAS VIN.

YDERLIGERE DRIKKEVARER KAN KØBES
I LØBET AF ARRANGEMENTET.

PRIS FOR IKKE TILMELDTE TIL MADORDNING: 108 KR.

**TILMELDING I AFDELINGERNE SENEST DEN 30. JUNI -
BEMÆRK ARRANGEMENTET ER KUN FOR BEBOERE**

Tillykke



1/7	Faiza, A145	15/7	Steen, B474 (65 år)
2/7	Inez, B175	19/7	Preben, B484
7/7	Else Marie, A343 (90 år)	21/7	Kurt, A144
12/7	Mona, B274 (95 år)	24/7	Uffe, B293
13/7	Susanne, B276	27/7	Egon, A140 (85 år)
15/7	Grå, A242	30/7	Søren, B197 (80 år)

Vi ønsker dig en dejlig fødselsdag

Velkommen til Hjortespring

16/6	Flemming, B280	23/6	Astrid, A437
23/6	Lissi, B298	26/6	Jørgen, A156

Vi håber, at du får en god tid her på Hjortespring

Flyttet fra Hjortespring

15/6 Kirsten, B377

Vi ønsker dig alt godt fremover

Vi har taget afsked med

26/5	Bente, B182	8/6	Monique, B472
28/5	Liselotte, B280	7/6	Anna, B298
28/5	Lilian, A156	15/6	Georg, A150
4/6	Grete, A437		

Æret være deres minde!





Omsorgscentret Hjortespring
lørdag den 16. august 2025
kl. 11:00 – 14:30 i Parken

For beboere, pårørende, personale, frivillige og naboer fra lokalområdet.

Kom og vær med - der vil være:

- ✚ Fra Hjortesprings køkken
kl. 11:30 - 13:00:
Frikadeller eller kyllingespyd
m/ kold kartoffelsalat.
- ✚ Pølsevogn kl. 11:30 - 14:30
- ✚ Fadøl, sodavand, vand og vin
- ✚ Is, kaffe og te
- ✚ Tombola
- ✚ Kinesisk lotteri
- ✚ Genbrugsbutikken Biksen
- ✚ Salgsboder

Koncert i teltet kl. 13:00
m/ Mike Andersen
Elvisshow
(kun adgang med armbånd)



**Køb armbånd og få al mad, drikke og
underholdning for:**

Voksne: 200 kr. / børn under 12 år: 100 kr.
(150 kr. for beboere tilmeldt Hjortesprings døgnkost)
Familielabat: 500 kr. (2 voksne & 2 børn)

Billetter (armbånd) kan købes i Administrationen,
Omsorgscentret Hjortespring, Sennepshaven 4, 2750 Herlev;
man. - fre. kl. 10 - 12 senest torsdag den 7. august.

Armbånd kan også købes på dagen i Tombolaen.

Det er muligt at betale overalt med kontanter eller via Mobilepay.



Månedens profil:

Bente som bor på B1



Jeg vil gerne fortælle om min enæggede tvilling, Annelise, og hvor tætte vi allerede var som små. Jeg kan huske da vi var fire år gamle at jeg var inde på hospitalet og få lavet en rygmarvsprøve. Man havde mistanke om at jeg havde fået polio og dengang i 1952 var der en stor polioepidemi i Danmark. Jeg kan huske at min søster stod sammen med min far og vi græd begge to fordi vi slet ikke ville undvære hinanden og ville have fat i hinanden. Der måtte de til sidst trække os fra hinanden fordi jeg skulle opereres for polio. Da vi så kom hjem fra hospitalet, gjorde hun alt for mig, for jeg kunne jo ikke gå.

Der gik faktisk et år før jeg kunne gå nogenlunde, så jeg måtte køres rundt i en klapvogn. Jeg gik til træning og fik det bedre og kunne så starte i skole igen. Men jeg haltede, så de andre børn var så ubehagelige ved mig og råbte "Haltefanden". Men

Annelise kom efter dem! Hun hjalp mig på alle mulige måder og sørgede for at jeg kunne komme væk. Vi gemte os i opgangen og ventede til børnene var gået.

Hun har altid været der for mig, og vi har altid gjort alting sammen. Vi blev selvfølgelig også konfirmeret sammen og har faktisk også altid gået i det samme tøj. Vi havde heldigvis samme tøjsmag, så vi havde to af alt. Vi købte vores tøj i børneafdelingen, fordi vi altid har været så små. Vi lod også nogle gange som om vi var hinanden. Der var jo ingen som kunne kende forskel på os! Min onkel troede at han var klog og gav os to forskellige farver bluser på, men vi ville bare bytte om, så han alligevel ikke kunne finde ud af det!

Folk tog altid fejl af os, for eksempel da Annelise lå på hospitalet efter at have født. Jeg var derude og besøge hende, så da personalet så mig rende rundt på gangen, ville de råbe efter mig og spurgte hvor i alverden jeg skulle hen! Der var utallige af disse øjeblikke i vores liv.

Da vi blev voksne, ville vi også gerne have været blevet gift samtidigt, men reglerne var sådan i 1969 at man ikke kunne blive gift medmindre man var gravid og man skulle være gift for at få en lejlighed. Men Annelise var ikke gravid på det tidspunkt, hun var kun

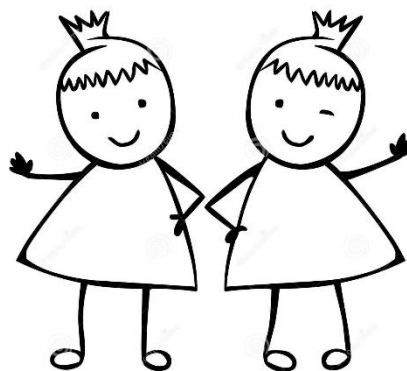
forlovet, så det kunne ikke lade sig gøre. Det var vi dødulykkelige over.

Så flyttede jeg ned i en kælderlejlighed med min mand, men vi har altid boet tæt på hinanden. Højst 20-30 minutter væk fra hinanden så vi kunne se hinanden så ofte som muligt. Min søster og jeg ville tit mødes og så tog vi bussen hen til biografen hvor vi hyggede og grinede. Vi havde det dejligt, vi var jo fri for mændene! Dem ville vi ikke have med.

Vi har virkelig haft mange gode stunder sammen, Annelise og jeg og så tætte, at vi følte os som én person. Jeg føler faktisk at jeg, på en måde, har mistet halvdelen af mig selv nu hvor hun ikke er her længere.

Senere flyttede Annelise og jeg sammen i Husum. Vores senge stod med hovedgærderne op ad hinanden og så kunne vi ligge og snakke sammen. Hvis ingen af os kunne sove, ville vi stå op og spille kort og drikke kaffe. Vi har altid været gode til at hygge os sammen.

Vi har boet her på plejehjemmet sammen i omkring seks år og har altid været de første til at danse sammen når der var fest. Vi elskede at danse og har gået til dans sammen i flere år da vi var yngre. Hun var for mig, den bedste søster i verden.



Kryds & Tværs

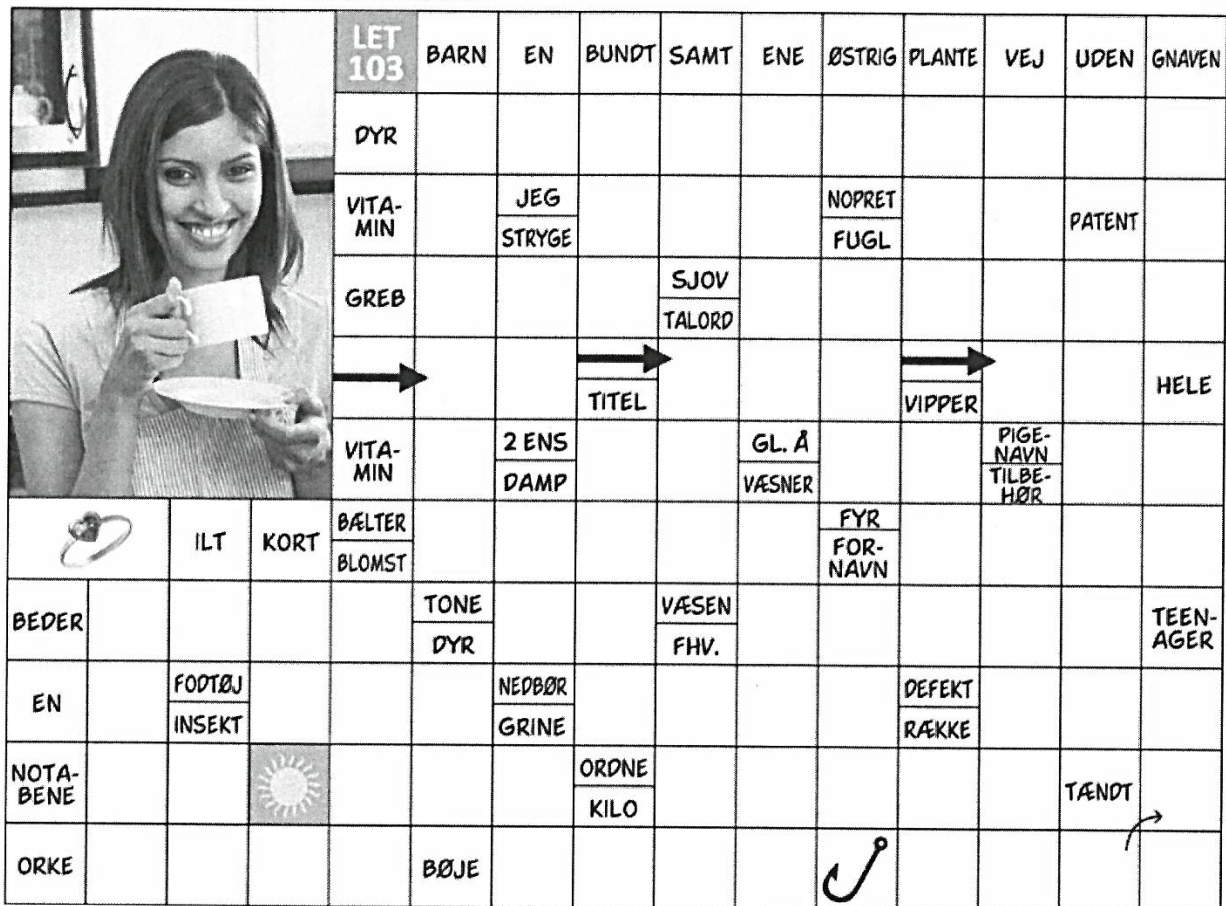
Løs opgaven og vær med i lodtrækningen om en præmie.

Klip flappen af med løsningsordet, dit navn og bolignummer og aflever det (eller bed et personale gøre det) til Aktivitetscentret senest mandag den 23. juni 2025.

Kan lægges i den røde postkasse på aktivitetscentergangen. God fornøjelse!

Vinder af kryds & tværs i juni: Birgit, bolig 184

Tillykke! En præmie er på vej. 😊



Løsning på kryds & tværs i juli:

Navn:.....

Bolignr.:.....

LONDON & PARIS

Classic Wear

Vi kommer **tirsdag den 22. juli 2025**

Fra Kl. 10:00-13:30

Vinter Kollektion

KOLLEKTION:

Lange Bukser

Cardigan

Nederdele

Blazer

Undertøj

Jogging bukse til Herre

Herre undertøj

Bluser

Strik Bluser

Tunikær

Toppe

Natkjoler

Herre strik

Både til Hverdag og Fest

Kvalitetsvarer til priser billigere end i forretninger.

Betaling mulig med:

Dankort, Kontant, MobilePay, Bankoverførsel

TELEFON NR. 26155130

Salg på Den Blå Plads, Bygning A, st.

Sket på Hjortespring

Royal side Run på Hjortespring

Igen i år havde vi på Hjortespring vores eget Royal Run dagen efter det store Royal Run. Det var tirsdag den 10. juni kl. 10 – 12. Beboere fra Hjortespring og børn fra børnehaven Mælkevejen deltog. Da vejret var ret dårligt med blæst og regn flyttede vi arrangementet indenfor, hvor ruten var rundt på alle stueetage med start i Caféen i Bygning B. via mellemgangen til Café Hjorten i Bygning A og tilbage igen. Det blev en god og hyggelig oplevelse for deltagerne, som kunne puste ud ved målet og få noget at drikke, samt nyde en banan og en flødebolle.



Deltagere er klar ved start....



..... og så går det der ud ad.....



... børnene løb og de ældre gik eller blev skubbet i kørestol hele vejen til mål. Dem, som havde kræfter til det, tog flere omgange.

Sankt Hans

Mandag den 23. juni kl. 17:30 var der Sankt Hans fest i festsalen. Det blev en rigtig hyggelig aften. Hjortesprings Køkken sørgede for dejlig sommermad med kartoffelsalat, grøn salat og grillede pølser og til dessert blev serveret is med friske danske jordbær. Mads Westfall underholdt med sang og musik og skabte festlig stemning, hvor mange sang med på kendte sange.

Kl. 19:40 ville vi gå ud til bålet i Rosenhaven, men desværre begyndte det at regne. Heldigvis kunne mange sidde indenfor i gangen foran festsalen og se gennem de store vinduer ud på bålet. Her blev sunget Midsommervisen med akkompagnement af Mads Westfall med guitar.



Mads Westfall underholder i festsalen.



Udenfor ved bålet – lige inden regnen kom og vi måtte gå indenfor.

SKÆBNENS STENEDE VEJE

DEL 2

Skrevet af en beboer på Hjortespring

Totalt udblottet, alene i et fremmed land uden nogen at betro sig til, knuget af hjemve og pint dag og nat af angst for, hvad fremtiden ville bringe. Det blev for meget for min mor, og hun brød fuldstændigt sammen. Men det skulle vise sig, at hun havde venner, som mente hende det vel. Skolelærer Knudsen og han kone inviterede hende til at tilbringe en hel dag sammen med os børn i deres hjem. Al denne venlighed fik hende til at bryde ud i en fortvivlet gråd. Men Knudsens havde arrangeret, at hun og min nyfødte lillesøster Irma blev hentet af huslægen og kørt på hospitalet for endelig at få lidt fred og ro. Min bror og jeg kunne blive hos fru Knudsen, som selv havde fem børn og ventede det sjette.

På hospitalet fik mor endelig sovet ud og faldt efterhånden til ro. Lægen havde frarådet hende at tage tilbage til far. Men hvor skulle hun tage hen? Hun søgte hjælp hos sin familie i Schweiz og hos sine svigerforældre. Ingen ville hjælpe hende, så hun var nødt til at gå den tunge gang tilbage til sin mand.

Patienterne udeblev nu helt. De havde mistet den sidste rest af tiltro til ham som tandlæge. Nu kom der hverken penge eller naturalier ind. Der kunne hverken købes mad eller brændsel, så vi børn blev lagt sultne i køjesengen for at holde varmen. Da ruderne i

lejligheden blev knust i en vinterstorm, ville ingen sætte nye i uden betaling, så min mor måtte sømme papstykker op for at holde den værste kulde ude.

En morgen stod far med en kuffert i hånden og sagde, at han var færdig på Langeland, og nu tog han til København for at finde noget andet. Mor skulle bare skrive til farfar, så ville han ordne det hele. Da far var kørt, ledte hun efter penge overalt i lejligheden og klinikken. Det blev kun til 3 øre. Hun fandt noget gammelt brød og fik mælk på kredit, så det levede vi af de næste dage.

Farfar kom til Rudkøbing og beså de sørgelige rester af den fordoms så blomstrende praksis. Han betalte to måneders husleje og satte farbror Troels ind som midlertidig bestyrer. Farfar meddelte så min mor, at hun ikke skulle forvente yderligere hjælp fra hans side. Han havde kautioneret og hæftede for fars gæld. For at få Karl Frode til at forstå, at det var absolut sidste gang, han reddede ham ud af suppedasen, havde han fået ham til skriftligt at frasige sig sin fædrende arv. Hvis han ikke kunne forsørge hende og børnene, måtte hun søge hjælp hos det offentlige. Farfar forbarmede sig dog over os og gav mor 50 kroner. Da de var sluppet op, havde vi ikke mere at leve af. Mor kunne nu

ikke længere se nogen udvej. En solrig forårsdag gik hun en tur med os. Da vi var kommet udenfor byen, begyndte hun at græde. Ejvind og jeg græd med. I det samme kom købmandens kone gående. Hun standsede og spurgte, hvad der var i vejen. Mor havde gråden i halsen og kunne ikke sige noget, så da købmandens kone spurgte om vi sultede, kunne hun kun nikke til svar. Hun fik mor til at love at modtage en pakke med købmandsvarer, om ikke for andet så for børnenes skyld. Samme eftermiddag sendte købmanden en kurv fuld af levnedsmidler til den hungrende lille familie. Jungletrommerne må have gået i byen, for de andre handlende stillede hver dag mælk, smør og brød udenfor vores køkkendør. Af og til lå der en steg fra slagteren. Det bidrog til at holde liv i os, til vi var nødt til at flytte fra Rudkøbing.

I juni rejste vi til Svejlbæk, og i toget på vejen derover mødte mor professor Jørgen-Jensen og hans kone. De var helt vilde med os børn, og professoren sad længe med Irma på skødet. Vi var også en temmelig uhomogen børneflokk - min storebror med lyse krøller og tindrende blå øje, jeg med kridhvidt strithår og brune øjne og min lillesøster med kulsort hår, brun hud, røde æblekinder og sorte øjne. Professorparret opfordrede min mor til at komme og besøge dem, hvis hun nogensinde kom til København. Det skulle vise sig, at de blev hjælpere i nøden - men derom senere.

Vi blev i Svejlbæk i tre uger, og i al den

tid forsøgte farfar at overtale mor til at rejse tilbage til Schweiz med sine børn. Men hun vidste, at hendes bror ville blive dømt til at underholde os, da han var familiens overhoved (som eneste mand), og desuden som en meget holden mand. Hun vidste også, at han var alt andet end interesseret i at få familiens gode navn tilsmudset af en søster, der var fraskilt med tre børn. I Schweiz blev fraskilte kvinder betragtet som pariaer.

Min farfar havde grundlagt skoletandplejen i Danmark og var forstander for ti skoleklinikker i København. Da mor ofte havde hjulpet far i klinikken, bad hun ham om at skaffe hende et job på en af de københavnske tandklinikker. Det ville give hende mulighed for at begynde en ny tilværelse, og hun ville kunne være sammen med sine børn i alle skoleferierne. Men han afslog pure at hjælpe hende, for "man kunne ikke favorisere familien". Min farfar var skam en principfast mand!

Far havde i mellemtiden fået en vellønnet stilling i København og sendte bud efter os. Men han havde allerede sat sig i stor gæld igen. Mor mistede da alt håb, og meddelte ham, at hun ville skilles. Han regnede dog ikke med, at hun ville gennemføre det, for han vidste at hun ikke ejede kongens mønt og ikke kendte en levende sjæl i København. En nabokone, som mor kun havde kendt nogle dage, lånte hende 50 øre til sporvognen plus en hat og et par hele sko og passede os, mens

hun tog ind til det schweiziske konsulat. Her fik hun at vide, at hun havde mistet sit schweiziske statsborgerskab ved at gifte sig med en dansker, og derfor ikke kunne regne med nogen hjælp fra dem mere. Hun var desuden ikke skilt endnu, og da hun ikke havde fået tilkendt forældremyndigheden, kunne hun ikke tage sine børn ud af landet.

Mor stod på Rådhuspladsen og ventede på 2eren. Landsmænd og slægtninge havde alle svigtet hende. De, der havde hjulpet hende, var fremmede mennesker. Hun stod nu midt i en fremmed by og spekulerede på, om der var nogen udveje tilbage og kom i tanker om, at der var to. Ellen, der var blevet skilt fra apotekeren i Rudkøbing, var blevet gift igen med en ingeniør og boede Under Elmene på Amager. Og så var der familien Jørgen-Jensen, som havde givet hende deres adresse i toget til Jylland. Hun opdagede, at linie 2 gik til begge adresserne, men i hver sin retning, og besluttede at lade skæbnen råde endnu engang og tage med den første 2er, som kom. Den første 2er gik ud til fru Jørgen-Jensen, som tog venligt imod hende. Endnu engang fik fremmede menneskers venlighed mor til at bryde sammen. Hun fortalte om sin trange skæbne, og atter fik hun en meget tiltrængt hjælp.

Da mors dansk stadig var ret mangelfuldt, var det begrænset, hvilke job hun kunne bestride. Fru Jørgen-Jensen kendte direktøren på hotel d'Angleterre. Her fik mor et job som

servitrice, og når hun havde lært bedre dansk, ville hun have mulighed for at avancere til en stilling, hvor hun kunne bruge sine kundskaber i regnskab og sprog.



Da vi kom på børnehjem.

Så kom den sværeste dag for os allesammen. Den 24. april 1935 blev Irma og jeg sendt på Diakonissestiftelsens børnehjem på Frederiksberg. Vi var 18 md og 4 år gamle. Ejvind, som var 6, blev sendt alene med færgen til Århus, hvor han blev hentet af farfar. Gennem en sagfører fik far at vide, at skilsmissen var indledt. Mor fik husly et par dage hos Jørgen-Jensens, og de sørgede for, at farfar sendte penge til en serviticeuniform og 4 forklæder.

Psyken lægger låg på de mest ubærlige oplevelser. Selvom jeg må have været vidne til grusomme ting i min tidligste barndom, har jeg kun gode minder. Jeg har ofte spekuleret på, hvordan jeg kom

igennem den uden større men, og jeg er overbevist om, at svaret skal findes hos min stærke, kærlige mor. At hun ikke blev fuldstændigt knækket, er endnu mere ubegribeligt. Men hun havde stof i sig til at tage kampen op og give os børn en rimelig tilværelse. Hele mit liv,

også som meget lille, har jeg vidst, at hun fandtes der -min usvigelige beskytter og ven. Jeg blev tidligt forladt af min far, og det var måske min lykke, men jeg har altid haft min mor.

Fortsættelse følger.

Genbrugsbutikken BIKSEN

Find butikken i bygning B, stuen - ved indgangen

Åbent onsdage kl. 10.00 - 12.00



**Biksen har ferielukket
til og med den 23. juli.**

Vi ses igen 30. juli.

Vi glæder os til at betjene rigtig mange kunder! Hilsen Lis, Lone & Karin

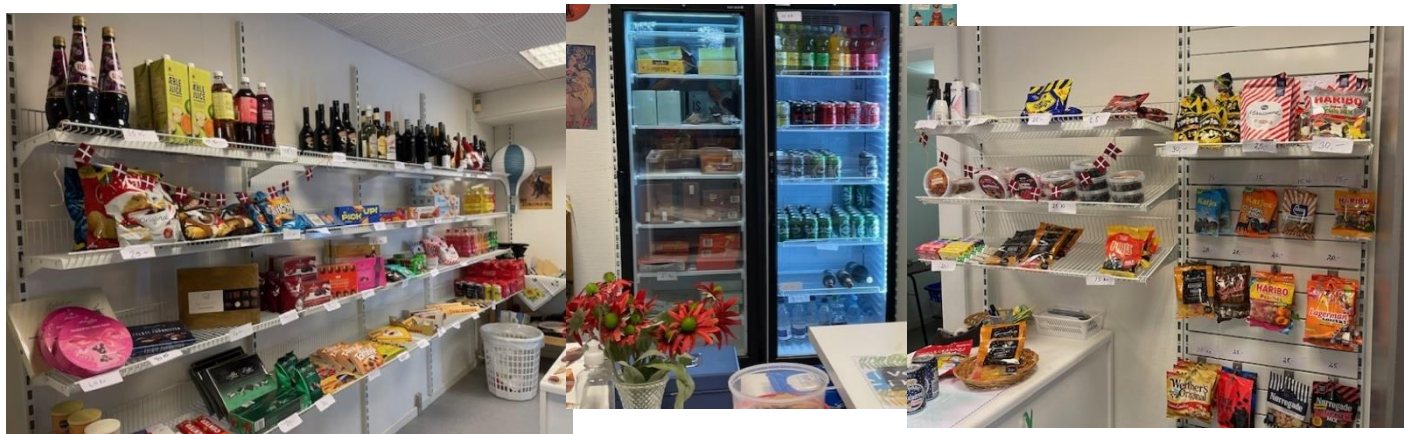
Kun kontant betaling!

Kiosken

har åben tirsdag klokken 9:30-12:00

I kiosken modtages kun kontanter.

Kom og se vores store udvalg & få gratis kaffe og småkager.



På gensyn - ønskes I af de frivillige i kiosken.

Kommende arrangementer & andet info

Underholdning med Mads:

Tirsdag den 1. juli: **B1** kl. 13:00 **B2** kl. 13:30 **B3** kl. 14:00 **B4** kl. 14:30

Gudstjeneste: Tirsdag den 1. juli kl. 13:30 i Café Hjorten.

Præst: Michael Skov Andersen

Livemusik og grill: Mandag den 7. juli kl. 16:30 – 19:30 i Gårdhaven. Se opslag.

Sommerfest: Lørdag den 16. august kl. 11 - 14:30 i parken. Se opslag.



Frisør Karina Jørgensen

Tidsbestilling: Tlf. nr.: 60 82 82 14

Fodterapeut Lena Papp

Tidsbestilling: Tlf. nr.: 51 78 79 04



Hjortsprings bestyrelse



Anders Børresen
(formand)
P946@hotmail.dk



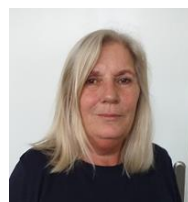
Asta Poulsen
(næstformand)
janogasta@gmail.com



i.vous@yahoo.dk



Susanne R. Hansen
risum.ramsoeholm@gmail.com



Helle Block Andersen
p895@kk.dk



Ronnie Lundsgaard
Hansen: ZE0X@kk.dk

Hilsen fra Kirsten



Kære beboere og kollegaer.

Jeg har haft en dejlig tid hos jer her på Hjortespring Omsorgscenter. Jeg takker for alle de gode minder og ønsker jer alt godt.

Jeg har sidste arbejdsdag torsdag den 31/7.

Kærligst Kirsten fra Aktivitetscentret.

BIBLIOTEKET KOMMER

Har du svært ved selv at komme på biblioteket? Så kan Herlev Bibliotek komme til dig. "Biblioteket Kommer" er et tilbud til ældre borgere i Herlev, hvor vi bringer materialer ud til dig.

- Du bliver tilknyttet en fast bibliotekar, som finder materialer frem, der særligt kan have interesse for dig.
- Du kan låne bøger, bøger med stor skrift, lydbøger, film, musik, magasiner mv.
- Det koster ikke noget, og dine lån bliver hentet og bragt af vores biblioteksbetjent en gang om måneden.

Ring og hør mere:

Herlev Bibliotek

Telefon. 4452 5700

E-mail: post@herlevbibliotek.dk





Sommeren i Aktivitetscentret

I den kommende tid vil vi rigtig gerne nyde haven og det gode vejr sammen med jer.

Vi vil derfor rykke nogle af vores aktiviteter udendørs, så hold øje med inforskærmene, hvor vi løbende vil lægge opslag ud. 😊

Sommerhilsner fra Malene, Kirsten og Sandra

Aktivitetscentrets program i juli 2025

Træningstider i Store Træningssal er på hverdage efter aftale.

Ti. 1	10-12 10.30-11.30 10.30-11.30 13-15 13-14.30 13-15 13.30-14.30	Åben have Petanque i Parken Læsegruppe i Aktivitetscentrets køkken Mads underholder i B-huset. Whistklub kl. 13 i AC's køkken Bustur eller hygge i haven eftermiddag Gudstjeneste i Café Hjorten.	
On. 2	10 10-12 10.30-11.30 13.15-15	A1 på tur med John. Hygge i haven Strikkeklub i Café Hjorten. Banko i Café Hjorten (pladesalg kl. 12:45 – 13:15)	
To. 3	10-15 13	Åben have eller bustur efter aftale Besøgshund A2	Træning: Lukket
Fr. 4	10-12 13-14.30	Bustur eller hygge i haven formiddag Fredagsbar i Café Hjorten.	
Ma. 7	13-15 13.15-14.50 16.30-19.30	Skakklub i Café Hjorten Velværesalon i Café Hjorten. (Med tidsbestilling) Livemusik med bandet Music For Sjøv og grill i Gårdhaven (se opslag)	
Ti. 8	10-15 10.30-11.30 13	Åben have eller tur med bussen efter aftale Petanque i Parken. V/Kirsten Whistklub i AC's køkken. V/Jane B3	
On. 9	10 10.30-11.30 13.15-15	A2 på tur med John Strikkeklub i Café Hjorten. Banko kl. 13:15 i Café Hjorten (pladesalg kl. 12:45 – 13:15)	
To. 10	10-15 13-14	Åben have Besøgshund A3	Træning: Lukket

Fr. 11	10-12 13-14.30	Åben have Fredagsbar i Café Hjorten.
Ma. 14	13-15 13-15 13.15-14.50	Åben have Skakklub i Café Hjorten Velværesalon i Café Hjorten.
Ti. 15	10.30-11.30 13 13-15	Petanque i Parken Whistklub i AC's køkken. Bustur efter aftale
On. 16	10 10-12 10.30-11.30 13.15-15	A3 på tur med John Åben haven Strikkeklub i Café Hjorten Banko kl. 13:15 i Café Hjorten (pladesalg kl. 12:45 – 13:15)
To. 17	10-15 13-14 13—14.30	Bustur efter aftale Besøgshund A4 Boller & Quiz i AC's køkken Træning: Lukket
Fr. 18	10-12 13-14.30	Åben have Fredagsbar i Café Hjorten.
Ma. 21	13-15 13-15 13.15-14.50	Åben have Skakklub i Café Hjorten Velværesalon i Cafe Hjorten
Ti. 22	10-13 10.30-11.30 13 13-15	Tøjsalg på Den Blå Plads, Bygning A, st. (se opslag) Petanque i parken. Whistklub i AC's køkken. Åben have
On. 23	10 10-12 10.30-11.30 13.15-15	A4 på tur med John. Åben have Strikkeklub i Café Hjorten. Banko i Café Hjorten (pladesalg kl. 12:45 – 13:15)
To. 24	10-15 13-14	Bustur efter aftale eller hygge i haven Besøgshund B1 Træning: Lukket
Fr. 25	10-12 13-14.30	Åben have Fredagsbar i Café Hjorten
Ma. 28	10-15 13-15 13.15-14.50	Åben have Skakklub i Café Hjorten Velværesalon i Café Hjorten
Ti. 29	10.30-11.30 10.30-11.30 13	Læsegruppe i AC's køkken. Petanque i parken. Whistklub i AC's køkken.
On. 30	10 10-12 10.30-11.30 13.15-15	B1 på tur med John Åben have Strikkeklub i Café Hjorten Banko i Café Hjorten (pladesalg kl. 12:45 – 13:15)
To. 31	10-14.30 13-14 13-14.30	Heldags bustur efter aftale Besøgshund B2 Boller & Quiz kl. 13 i AC's køkken Træning: Lukket

Kontakt til Aktivitetscentret: Malene: 82562492 / Sandra: 82562493 / Kirsten: 82562495



KOSTPLAN FOR JULI 2025 HJORTESPRING



Dag	Dat	Hovedret	Sovs	Tilbehør	Biret
Tirs	01	Frikadeller	Sky	Kartofler, blomkål	Sommerdessert
Ons	02	Tarteletter		Høns i asparges, persilledrys	Gammeldags æblekage
Tors	03	Grill køller	Hvidløgssmør	Bagt kartofler, coleslaw Kold sovs	Jordbær m. fløde
Fre	04	Pølser		Kold kartoffelsalat	Henk. Ferskner, råcreme
Lør	05	Kylling i	Karry	Ris, broccoli	Blåbærgrød m. mælk
Søn	06	St. Nakke som vildt	Sky	Kartofler, Grøntsager	Koldskålskage
Man	07	Kyllingekødsovs		Pasta, parmesan	Æblesuppe m. flødeskum
Tirs	08	Hvidvinsdampet fisk	Tomat	Kartofler, smørdampede porrer	Rødgrød m. fløde
Ons	09	Krebinet		Stv. Blomkål, persilledrys	Frugtsalat m. chokolade
Tors	10	Hjerter i flødesovs		Kartoffelmos, surt	Rabarbercrumble, skum
Fre	11	Forloren hare	Vildt	Kartofler, mormorsalat	Tomatsuppe m. crouton
Lør	12	Koteletter i fad	Paprika/fløde	Ris, rosenkål	Hønsesalat på ananas m. flutes
Søn	13	St Kylling m. persille	Sky	Kartofler, agurkesalat	Romfromage m. skum
Man	14	Svensk pølseret		Forårsløgdryg	Koldskål, kammerjunker
Tirs	15	Kamsteg	Sky	Kartofler, rødkål	Jordbær m. fløde
Ons	16	Kalkunbryst	Orange	Kartofler, salat	Hybensuppe med skum
Tors	17	Fiskefrikadeller	Smør	Kartofler, remoulade, råkost	Kiwi/stikkelsbærgrød, mælk
Fre	18	Boller i	Karry	Ris, ærter	Solbær/hindbær panna cotta
Lør	19	Kold skinke		Flødekartofler, gulerødder	Is m. chokoladesovs
Søn	20	Porchetta steg	Sky	Kartofler, rødkål	Trifli m. jordbær, mascarponecreme
Man	21	Bagt laks	Hollandais	Kartofler, salat	Ostetallerken, kiks
Tirs	22	Mar. Revelsben		Kold kartoffelsalat, grønt drys	Solbærsuppe m. flødeskum
Ons	23	Spr. Kalv	Peberrod	Kartofler, romanesco	Suppe med boller + urter
Tors	24	Hakkebøf m. løg	Løg	Kartofler, surt	Kirsebærgrød m. mælk
Fre	25	Fars med porrer	Sky	Kartofler, smørstegt gulerod	Jordbær m. fløde
Lør	26	Kylling	Sky	Kartofler, majs	Pandekager m. is
Søn	27	Mørbradgryde		Kartofler, bønner	Ymerfromage, kirsebærsauce
Man	28	Blomkålskrebinet		Stv. spinat, kartofler, carotter	Rødgrød m. fløde
Tirs	29	Græske frikadeller	Sky	Kartofler, Tzatziki	Abricoskoldskål
Ons	30	Sprængt kam	Kapers	Kartofler, broccoli	Fugleredder, jordbærskum,
Tors	31	Kalkunfrikasse		Kartofler, persilledrys	Pandekager m. syltetøj

Med forbehold for ændringer