

# Kærbo avis



SEPTEMBER

2025 - nummer 9

## Fredagsgåture

Fredagsgåturene kommer vidt omkring i nærområdet og der er gensyn og nye oplevelser til deltagerne. At tage med på gåturene stiller naturligvis krav til gangfunktionen, men for de der kan, er det et skønt afbræk i hverdagen.

Mariannes hund, Bellis, er ofte med, og hun nyder det, men hun er også lidt træt, når de er retur til Kærbo.

–Hun er dog, ligesom de andre deltagere ved at være en ældre dame.



## Musikfestival

Årets musikfestival blev fejret i center-salen med et brag af en fest, som blev godt skudt i gang af bandet, Det brune værtshus.



### I DETTE NUMMER:

SØRENS HJØRNE

REFERAT AF BPR-MØDE

MUSIKFESTIVAL

FREDAGSGÅTURE

TEATER I CENTERSALEN

## Leder

### Kære beboere, pårørende og medarbejdere

Så er vi alle kommet godt tilbage fra sommerferien. Der er nu noget dejligt over hverdagen.

Vi har i det store hele haft en rigtig dejlig sommer med dansk sommervejr og har nydt gårdhaven, som står så smukt. Vores Kærbo plads har fået skilt op, så man kan se at den hører til plejehjemmet. Den benyttes af både beboere men også mennesker, som kommer forbi. Lige som vi havde håbet på.

To etager i huset er ved at blive malet – 2. sal er netop færdig og i næste uge kommer maleren på 5. sal.

Vi er ved at arrangere masser af store musikoplevelser resten af året, og jeg kan røbe at den 10/9 kommer der et Jazzband og fylder centersalen med lækker jazz.

Vi har også booket en teaterforestilling den 1. oktober.

Jeg vil allerede nu advisere vores næste pårørendemøde, som er den 1. oktober kl. 16.30-18 med tema om demens og trivsel.

Der vil også være et beboermøde med samme emne den 17. september kl. 14.30. Dette kan ses i aktivitetskalendere på side 7.

I starten af oktober vil der blive lavet en Brugerundersøgelse, hvor Epinion kommer og interviewer samtlige beboere på Kærbo. Tilfældige pårørende vil også blive udtrukket og kontaktet telefonisk.

I ønsket om en god september til alle.

**Venlig hilsen**  
**Jannie Vestergaard**  
**Forstander Kærbo**

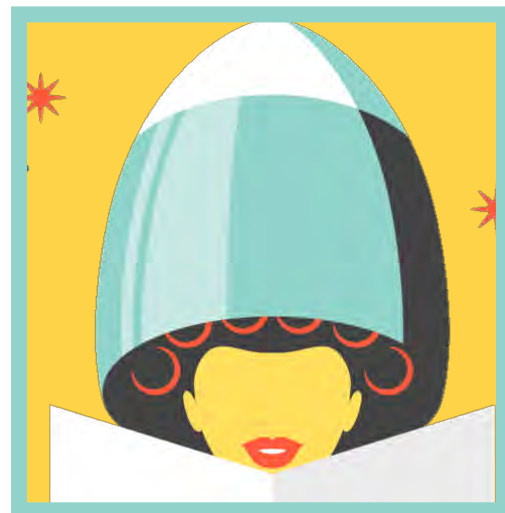


## Løst og fast

### Frisørtid

**Torsdag D. 11. september fra kl. 10-14**

*Du kan bestille tid i frisørsalonen i kælderen og har du brug for hjælp hertil, så gør personalet det gerne.*



### Fodterapeuttider

Camilla er i huset disse dage i september:

Onsdag D. 17. september på 1. sal og 3. sal

Torsdag D. 18. september i stuen og 4. sal

Onsdag D. 24. september på 2. sal og 6. sal

Fredag D. 26. september på 5. sal



### Kontaktoplysninger

|                                                                                                                             |           |             |            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------|------------|
| Forstander                                                                                                                  | Jannie    | 35 30 29 80 | ee5z@kk.dk |
| Afdelingsleder team 1                                                                                                       | Henriette | 35 30 29 92 | mf93@kk.dk |
| Afdelingsleder team 2                                                                                                       | Aneela    | 35 30 29 95 | z03a@kk.dk |
| Kontor service                                                                                                              | Susanne   | 35 30 29 94 | vw05@kk.dk |
| Pedel                                                                                                                       | Sebber    | 35 30 29 75 |            |
| Aktivitetsmedarbejder                                                                                                       | Matthias  | 35 30 29 58 | cn43@kk.dk |
| Kontor i stuen                                                                                                              | Lea       | 35 30 29 50 | zq0l@kk.dk |
| Hjemmeside: <a href="https://boligertilaelldre.kk.dk/plejehjem/kaerbo">https://boligertilaelldre.kk.dk/plejehjem/kaerbo</a> |           |             |            |

## Menu september side 1

|    |                                                                                                          | Blå tekst er bilet                          |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| 1  | Boller i karry med ris & gulerodsråkost med rosiner                                                      | Rabarbersuppe med smørristede croutoner     |
| 2  | Grøntsagsmousaka med blomkålssalat med brøndkarse                                                        | Tomatsuppe med kødboller                    |
| 3  | Fiskekrebinetter med stuede blomkål, kartofler & grøn salat med edamamebønner                            | Ananaskoldskål med kammerjunker             |
| 4  | Kylling i estragonsauce med ærter bonne femme & kartofler                                                | Blåbærtærte med frangipane og creme fraiche |
| 5  | Hakkebøf med bløde løg, grillede peberfrugter, hertil brasede kartofler og bearnaisesauce                | Rødgrød med fløde                           |
| 6  | Fransk gryderet med kylling, hvidvin, bacon og svampe, hertil kartoffelmos og persilledrys               | Hindbærfromage med flødeskum                |
| 7  | Sprængt nakkefilet med peberrodssauce, kartofler, gulerødder & persilledrys                              | Chokolademousse med flødetop                |
| 8  | Kylling med paprikasauce, ris & blomkålssalat med kapers og dild                                         | Kartoffel-porresuppe med sprød bacon        |
| 9  | Fiskefrikadeller med laks serveret med persillesovs, kartofler og gulerodsråkost med rosiner             | Kærnemælkskoldskål med kammerjunker         |
| 10 | Forloren hare med vildtsauce, kartofler & agurkesalat, hertil lilla spidskål med pinjekerner og persille | Hindbærtærte med smuldredej og flødeskum    |
| 11 | Pasta bolognese med grøn salat, vinaigrette og revet parmesan                                            | Jordbærgrød med fløde.                      |
| 12 | Majsdeller med knuste kartofler, indisk yoghurt dressing, samt salat af spidskål med mandler og sesam    | Lakserilette serveret med citron og brød    |
| 13 | Bistrogryde med cocktailpølser, løse ris & ærter                                                         | Pandekager med syltetøj                     |
| 14 | Braiseret kalkuncuvette med flødekartofler og broccoli                                                   | Vaniljeis med chokolademarengs              |
| 15 | Stegt medister, med sennepssauce, kartofler, blommechutney og sprød frisésalat                           | Ymercreme med bær og knas                   |

## Menu september side 2



|    |                                                                                          |                                                |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| 16 | Krydret hakkebøf med pommestø, pebersauce og broccolisalat med rosiner                   | Hindbærsuppe med makkronflødeskum              |
| 17 | Grøntsagsgratin med kryddersmør, og tomat-salat med basilikum                            | Tunmoussé med citron og flutes                 |
| 18 | Kyllingefrikadeller med fyldig tomat-sauce, pasta og årstidens sauteret grønt            | Stikkelsbærgrød med fløde                      |
| 19 | Dagens bagte fisk med spinat, kartofler, smørdampede gulerødder & hollandaise            | Kirsebærfromage med flødeskum.                 |
| 20 | Hvidvinsbraiserede svinekæber, forårsgrønt, kartoffelmos, persilledrys og bagte rødløg   | Råsyltede bær med rå-creme                     |
| 21 | Krydret nakkesteg med skysauce, hertil kartofler og braiseret fennikel med bacon         | Panna cotta med rabarberkompot                 |
| 22 | Persillestegt kylling med skysauce, kartofler, smørdampede gulerødder og agurkesalat     | Jordbærkoldskål med knas                       |
| 23 | Grøntsagslasagne med grøn salat og dressing                                              | Alliancegrød med fløde                         |
| 24 | Fiskefrikadeller med kold remuladesovs, kartofler & spidskål med ærter og dild           | Gulerodssuppe m. kokosmælk, græskarkerner      |
| 25 | Græsk farsbrød m. feta med stegt kartofler, tzatziki og græsk salat                      | Brombærtærte m. smuldrdej og vaniljeskum       |
| 26 | Millionbøf m. kartoffelmos, spinatsalat, rødbeder                                        | Pandekager med blåbærskum                      |
| 27 | Gris i karrysauce med blegselleri, kokosmælk, abrikoser og nødder, hertil basmatiris     | Is med chokolade og gule kys                   |
| 28 | Glaseret hamburgerryg med flødestuvet spinat, kartofler, sennep og kogte gulerødder      | Hyldeblomstfromage m. flødeskum, chokoladedrys |
| 29 | Chili sin carne (vegetar ret) med ris, creme fraiche og spidskålssalat m. græskar, sesam | Hønsekødsuppe med bolle og urter               |
| 30 | Krydret farsbrød porre, pesto og cheddar, peberfrugtsauce, ristede kartofler & blomkål   | Abrikosgrød med fløde                          |

## Aktivitetskalender september side 1

| <u>Dato</u> | <u>Dag</u>  | <u>Formiddag</u>                                                           | <u>Eftermiddag</u>                                                                                                                                      |
|-------------|-------------|----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1           | Man-<br>dag | <b>Gymnastik &amp; sang</b><br>i stuen <u>kl. 10-12</u>                    | <b>Det musikalske lykkehjul</b> i centersalen<br>fra <u>kl. 14.00-16.30</u>                                                                             |
| 2           | Tirsdag     | <b>Gymnastik &amp; sang</b><br>i stuen <u>kl. 10-12</u>                    | <b>God film</b> i centersalen<br>fra <u>kl. 14-16</u>                                                                                                   |
| 3           | Onsdag      | <b>Gymnastik &amp; sang</b><br>i stuen <u>kl. 10-12</u>                    | <b>Sang og quiz</b> i dagligstuen<br>fra kl. 15.15-16.00<br><b>Kærbokoret</b> fra <u>kl. 16.30-17.30</u>                                                |
| 4           | Torsdag     | <b>Besøg fra Heiberg-<br/>skolen</b> i centersalen<br><u>kl. 10 til 12</u> | <i>Ingen aktivitet i centersalen</i><br><b>Strikkeklub</b> i dagligstuen fra <u>kl. 15-17</u>                                                           |
| 5           | Fredag      |                                                                            | <b>Mindfulness</b> på 5. sal - <u>kl. 14-15</u><br><b>Hygge</b> i gården fra <u>kl. 15.30-16.30</u>                                                     |
| 6           | Lørdag      |                                                                            |                                                                                                                                                         |
| 7           | Søndag      |                                                                            |                                                                                                                                                         |
| 8           | Man-<br>dag | <b>Gymnastik &amp; sang</b><br>i stuen <u>kl. 10-12</u>                    | <b>BANKO</b> i centersalen<br>fra <u>kl. 14.00-16.30</u>                                                                                                |
| 9           | Tirsdag     | <b>Gymnastik &amp; sang</b><br>i stuen <u>kl. 10-12</u>                    | <b>Det musikalske lykkehjul</b> i centersalen<br>fra <u>kl. 14.00-16.30</u>                                                                             |
| 10          | Onsdag      | <b>Gymnastik &amp; sang</b><br>i stuen <u>kl. 10-12</u>                    | <b>JAZZ MED TO</b><br>Koncert i centersalen<br>fra <u>kl. 14-16</u>                                                                                     |
| 11          | Torsdag     | <b>Manicure</b> & hygge i<br>stuen <u>kl. 10-12</u>                        | <i>Ingen aktivitet i centersalen</i><br><b>Strikkeklub</b> i dagligstuen fra <u>kl. 15-17</u>                                                           |
| 12          | Fredag      | <b>Fredagshygge</b> med<br>Marianne 10-12                                  |  <b>Fredagsbar</b> med Søren i center-<br>salen fra <u>kl. 15-17</u> |
| 13          | Lørdag      |                                                                            |                                                                                                                                                         |
| 14          | Søndag      | <b>Søndagshygge med Matthias</b><br>i centersalen fra <u>kl.14-16</u>      |                                                                                                                                                         |

## Aktivitetskalender september side 2

|    |         |                                                                        |                                                                                                                                                                                                                   |
|----|---------|------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 15 | Mandag  | <b>Gymnastik &amp; sang</b><br>i stuen <u>kl. 10-12</u>                | <b>Det musikalske lykkehjul</b> i centersalen<br>fra <u>kl. 14.00-16.30</u>                                                                                                                                       |
| 16 | Tirsdag | <b>Gymnastik &amp; sang</b><br>i stuen <u>kl. 10-12</u>                | <b>Sang og quiz</b> i centersalen<br>fra <u>kl. 14.30-16.30</u>                                                                                                                                                   |
| 17 | Onsdag  | <b>TØJSALG</b> kl. 10-12<br>i centersalen                              | <b>Boldspil</b> i gården eller centersalen<br><u>Kl. 14.00-16.30</u><br><b>Samtale om demenssygdom</b> på 5. sal<br><u>kl. 14.30-15.30</u> . <i>Mulighed for at stille<br/>spørgsmål og få viden om sygdommen</i> |
| 18 | Torsdag | <b>Besøg fra Heiberg-<br/>skolen</b> i centersalen<br><u>kl. 10-12</u> | <b>Gudstjeneste</b> i centersalen <u>kl. 14-15</u><br><b>Strikkeklub</b> i dagligstuen fra <u>kl. 15-17</u>                                                                                                       |
| 19 | Fredag  |                                                                        | <b>God film på storskærm</b> i centersalen<br>fra <u>kl. 14-16</u>                                                                                                                                                |
| 20 | Lørdag  |                                                                        |                                                                                                                                                                                                                   |
| 21 | Søndag  |                                                                        |                                                                                                                                                                                                                   |
| 22 | Mandag  | <b>Gymnastik &amp; sang</b><br>i stuen <u>kl. 10-12</u>                | <b>Det musikalske lykkehjul</b> i centersalen<br>fra <u>kl. 14.00-16.30</u>                                                                                                                                       |
| 23 | Tirsdag | <b>Gymnastik &amp; sang</b><br>i stuen <u>kl. 10-12</u>                | <b>Sang og quiz</b> i centersalen<br>fra <u>kl. 15.00-16.30</u>                                                                                                                                                   |
| 24 | Onsdag  | <b>Gymnastik &amp; sang</b><br>i stuen <u>kl. 10-12</u>                | <b>BANKO</b> i centersalen<br>fra <u>kl. 14.00-16.30</u>                                                                                                                                                          |
| 25 | Torsdag | <b>Manicure</b> & hygge i<br>stuen <u>kl. 10-12</u>                    | <b>Mindfulness</b> på 5. sal - <u>kl. 14-15</u><br><b>Strikkeklub</b> i dagligstuen fra <u>kl. 15-17</u>                                                                                                          |
| 26 | Fredag  | <b>Fredagshygge</b> med<br>Marianne                                    |  <b>Fredagsbar</b> med Søren i center-<br>salen fra <u>kl. 15-17</u>                                                           |
| 27 | Lørdag  |                                                                        |                                                                                                                                                                                                                   |
| 28 | Søndag  | <b>Søndagshygge med Matthias</b><br>i centersalen fra <u>kl.14-16</u>  |                                                                                                                                                                                                                   |
| 29 | Mandag  | <b>Gymnastik &amp; sang</b><br>i stuen <u>kl. 10-12</u>                | <b>Det musikalske lykkehjul</b> i centersalen<br>fra <u>kl. 14.00-16.30</u>                                                                                                                                       |
| 30 | Tirsdag | <b>Gymnastik &amp; sang</b><br>i stuen <u>kl. 10-12</u>                | <b>Ballet på storskærm</b> i centersalen<br>fra <u>kl. 14-16</u>                                                                                                                                                  |

### Arrangementer i nærområdet

Tag din nabo eller pårørende under armen og oplev et af byens mange, spændende tilbud. Dette er blot tilfældigt udvalgte arrangementer, som er på plakaten i nærheden af Kærbo i september måned.

#### A cappella koncert - sange om livet

Gruppen Singers optræder med en koncert med fokus på den danske sangskat - både fra Højskolesangbogen og kendte klassikere. Dertil krydres koncerten med vokalarrangementer af internationale hits gennem tiden. Singers har begejstret fans overalt i både Europa og Asien, men de elsker det danske publikum mere end noget andet og ser frem til at synge i Frihavnskirken.

**Billetter** koster 100kr.

**Dato, tid, sted:** D. 11. september, kl. 20-21, Frihavnskirken, Willemoesgade 68, Kbh Ø



#### Nøglebarn og Nørholm



NØGLEBARN

Oplæsning, forfattersamtale og sange af komponist Ib Nørholm. **Nøglebarn** er en stærk fortælling om at finde fodfæste i livet, når man er barn af en psykisk syg mor og en fraværende far, om omsorgssvigt, et barns alt for store ansvar og længslen efter at høre til. Arrangementet er gratis.

**Dato, tid, sted:** D. 23. september, kl. 19, Lutherkirken, Randersgade 3, Kbh Ø

#### Koncert med 4klang

4Klang er en ny dansk instrumentalkvartet med obo, cello, klaver og vibrafon.

Med et lyst og positivt tonesprog, er vores vision at give publikum et pusterum fra den hurtige tid vi lever i. Ønsket er, at musikken kan give ro til sjælen og smil på læben.

**Billetter** koster 90kr i døren.

**Dato, tid, sted:** D. 28. september, kl. 16-17, Frihavnskirken, Willemoesgade 68, Kbh Ø



## Sørens hjørne - Christiania, du har mit hjerte

I 1988 boede jeg ca. 3 måneder på Christiania, nærmere bestemt på Dyssen - på det sidste hus på Dyssen, det hus der hedder Nirvana.

Jeg havde lånt huset af en skotte ved navn Dave, fordi jeg kendte hans kæreste Jackie, der kom fra England. Hun kom til Danmark i 1970 og hun var den første i Danmark der tog rundt på festivaler og solgte smykker. På den måde blev hun meget velhavende. Jeg mødte hende i det kollektiv i Jylland, hvor jeg boede i en periode af min tidlige ungdom.

Dengang spillede jeg musik med nogle andre unge og de kom fra Toustrup mark, et af landets ældste kollektiver. Det ligger i nærheden af Hammel og Skanderborg. Jeg kunne låne huset på Christiania i 3 måneder og jeg flyttede derud en marts morgen. Det var en lørdag, som jeg husker det. Det var også den periode, hvor jeg arbejdede med at rense grønsager fra grønttorvet. Et iskoldt job!

Jeg flyttede derud fuld af forventning men ak hvilket syn. Der var møgbeskidt. Der var rotter i huset og huset var temmelig faldefærdigt. Jeg holdt ud og lærte lidt af den del af Christiania, som hedder Dyssen, at kende. Min nabo på den anden side af vejen var en vaskeægte bjørn, og jeg har selv stået og set den i sit sørgelige bur. Til sidst forlangte beboerne derude at den fik fred, så den blev vist aflivet. Den var der i hvert fald ikke et par år senere, hvor jeg genbesøgte stedet. Jeg kunne faktisk ikke rigtigt holde det hus ud. Jeg spurgte ejeren, om jeg kunne overtage huset med det formål at sætte det i stand, men det kunne jeg ikke.



Så i forbindelse min medvirken i Hamlet af Shakespeare som Amager byhøj-skole opsatte i pumpehuset under kyndig instruktion af selveste Joan Ørting, mødte jeg Hans Scherfigs barnebarn Lilja, og vi blev glade for hinanden. Hun boede i Peter Fabers gade på Nørrebro, og jeg flyttede så til Nørrebro og fortsatte mit liv der. Men jeg vil altid elske Christiania, fordi der er så særligt, og jeg er begyndt at komme der igen, nu hvor der er blevet normaliseret.

Nu er Christiania genopstået, som fugl Fønix, og til september har de fødselsdag, og der er en skøn fest, hvor alle kan komme forbi. Jeg har lavet cykelaftaler med et par beboere herfra Kærbo, så mød os derude.

K. H. Søren



## Formanden for Kærbos BPR– Væskeskema til planter

Grønt er godt for øjnene og planter og blomster har stor betydning for både beboere og personale på Kærbo.

Men hvordan sikrer man, at planter passes i et hus, hvor der er mange, som kan vande dem, men ingen eller for mange, gør det. *Jeg regner med, at du vander, du regner med at naboen gør det, og på den måde regner det meget uden at planterne får en dråbe.*

Da planterne begyndte at se triste ud på 6. sal, var gode råd derfor dyre. Personalet og beboerne talte om det og fandt sammen alle tiders løsning. De blev enige om at lave et væskeskema for planterne.

Når en beboer er dehydreret opretter personalet væskeskemaer for at sikre, at vedkommende får nok væske indenbords, og derfor gav det mening at lave et væskeskema for planterne på 6. sal. På den måde blev de vandet systematisk og efter behov -måske fordi metoden talte lige ind i personalets faglighed.

Med hjælp fra Lea (aftenvagt), det øvrige personale og væskeskemaet er det lykkedes at holde liv i blomsterne på 6. sal. –Endog hen over sommerferien, som ellers ofte er den sikre død for alt grønt i huset!

”Det vigtige er, at dem, der går på etagen, ved hvilke planter, der skal vandes hvornår. Væskeskemaet virker på den måde, at alt personale, inklusiv rengøring, sætter et kryds, når planten er vandet. På den måde får de hverken for lidt eller for meget vand”, fortæller Steffen.

Om andre etager vil lade sig inspirere af 6. sals initiativ eller blot se dette som pral, må tiden vise, men se lige hvor flot 6. sals planter står!

/Steffen & Lea (adm.)



## Referat af seneste Bruger-/pårørenderådsmøde 04.08.25

### **-Godkendelse af referat fra sidst**

Feedback til Madam blå på måltiderne, hvordan går det med at anvende sedlerne til daglige evaluering? Nogle etager gøres det dagligt, andre ikke.

Vi har haft sommerferie og der har været afløsere i huset, og måske derfor er det ikke blevet gjort. Dette følges op på, for alle ønsker muligheden for at give feedback på måltiderne.

Ift. hvornår opvaskemaskinen sættes i gang, så opleves det, at personalet er bedre til at sætte sig ned og spise sammen på etagerne. Dette er blevet bedre.

Wienerstang: kommer dette over og bages denne? Dette vides ikke, så det tjekker Jannie op på med køkkenet.

Madspild er ikke et projekt, som vi går ind i lige nu. Vi har gang i flere projekter og venter med dette, selvom det er spændende

Kald: Når batterier løber tør for batteri, stopper de med at virke. Her skal personalet være gode til at skifte batteri så snart kaldet melder det.

Hverdagsrehabilitering er kommet på programmet og det kører rigtig godt.

Referatet fra sidst er godkendt.

### **-Istandsættelse af Kærbo -plan for proces og arbejde**

Huset skal sættes i stand især gulve og vægge på fællesarealer. 2. sal ved at blive malet. Næste etage, der skal males, er 5. sal. Her har beboerne valgt jordfarver. Og de mere specifikke farver skal snart udvælgelse. Maleren afventer hvor store udgifterne må blive.

Tal udenfor elevator er røde og vores indgangsparti er også rødt og iflg. maleren er dette gammeldags og institutionelt. Jannie spørger, om vi skal vi tænke mere i en anden farve, når stueetagen skal laves. Det besluttet tænke over farvevalget i stuen og tage det op en anden gang.

Når vi kommer til gulvene, så kan de først blive ordnet, når vi har 3 le-

dige lejligheder. Disse vil blive holdt ledige, men vi har heldigvis fuldt hus, så det arbejde venter.

### **-Sommeren på Kærbo**

Hvordan er sommeren på Kærbo forløbet.

Nogle oplever at der har været for mange forskellige på vagt imens der er afviklet ferie, andre oplever at sommeren er forløbet godt. Steffen fortæller at når der er afløsere kan man være nødt til at fortælle, hvad der skal ske og at det er et irritationsmoment. En enkelt weekend var der sket en fejl i vagtplanen og dette har nogle beboere kunne mærke.

Jannie evaluerer sommerferien med lederne i morgen og tager beboernes fortællinger med.

### **-Aktiviteter**

Matthias er netop gået på ferie og Søren er her i stedet.

Matthias er her hver anden weekend. Cecilie og Marianne er her også fast formiddag og eftermiddage, når Matthias ikke er her.

Steffen vil meget gerne involvere pårørende i forhold til aktiviteten.

Eventuelt hvor en pårørende og en beboer slår sig sammen op og måske laver lidt undervisning for nogle beboere. Steffen stiller gerne op som beboerrepræsentant.

Lea laver et opslag, der skal opfordre pårørende til at komme og lave noget i weekenden: håndarbejde, sprogkursus, geologi, quizzer eller andet. Det kan være en enkeltstående aktivitet eller lidt fast, hvis man bliver bidt af det. Der vil blive sat i opslag i elevatoren men også i oktober Kærbo avisen.

### **-Penge fra Domea – hvilke ønsker har rådet med fra øvrige beboere om, hvordan resten pengene skal bruges? Fest, brunch eller andet?**

Pengene skal bruges i år.

Rådet har et ønske om, at der kommer et kvalitetsband ud, så man får en lidt anderledes musikoplevelse.

Den kvindelige pianist,

Louise Dubiel, var fantastisk.

Jannie undersøger den mulighed nærmere.

Derudover er der enighed om at det vigtigste er en anden musikoplevelse en vanligt fx pianisten eller et jazzband og et koldt glas hvidvin og chips.

Steffen foreslår at der sætte et opslag op på fx musikkonservatoriet om at de meget gerne må komme og spille for os.

Indtil videre har vi kun brugt pengene fra Domea til et grillarrangement og Kærbos fødselsdag.

**-Opfølgning på Kærbo Plads ift. ønsker om bænk, krukker, askebæger og skilt med Kærbos plads.**

Askebæger og affaldsspand lukkes for nu, da mulighederne for at få en god skraldespand op og fast tømning ikke er garanteret. Det frygtes at der kommer for meget affald og at mange vil sidde og ryge til gene for dem, der bor ovenover, de kontorer og centersalen, som ligger ud til Randersgade.

**-Hvad er vigtigt for dig-dagens resultater og kort om hvad vi gør herfra. -Mange byder ind på opgaver, men der er også en del, der ikke gør – hvordan får vi alle, der kan, til at tage del i hverdagsrehabilitering?**

Det er vigtigt at de nye skilte kommer op på dørene.

**-Eventuelt**

-Der savnes navneskilte på personale. Vi har gjort en indsats, men vi fortsætter.

-Duer på altanen- Due problemer - Er der nogen, der har problemer, skal de endelig give besked til Lea eller Jannie.

-Pedel: John er stoppet og gået på pension. Den næste periode vil der være to afløsere, som tager hans opgaver. Vi skriver opgaver i den bog, som vi

plejer at bruge til kommunikation med pedellen.

Jannie har spurgt, om hun må være med til ansættelsessamtalen med den nye pedel, men dette er rent Domea regi og de er ikke påbegyndt ansættelsesprocessen.

-Blomsterne på 5. og 6. sal er flotte –Steffen har foræret mange spændende blomster til etagen og både beboere og personale er optaget af at blomsterne får vand.

-Tirsdagsfrokosten: oprindeligt var tanken at det skulle være et rum for dem, som ikke er ramt af en demenssygdom. Oplevelsen for nogle, er at det efterhånden er blevet en frokost for alle. Beboere i rådet oplever at der tages generelt meget hensyn til demente og at det derfor kan være brug for netop dette rum til samtale. Vi vil helst ikke ekskludere nogle og det er vigtigt at forstå, at det kræver ressourcer at holde tirsdagsfrokosten, fordi Matthias trækkes ud til at facilitere den. Flere af rådets medlemmer er selv med ved tirsdagsfrokosten og selvom der er let delte meninger, så er der enighed om, at det kan være en god idé at prøve at begrænse tilgangen til frokosten, så den bliver til glæde for de deltagende. Vi forsøger den næste tid at lave tirsdagsfrokosten på 6. salen.

## Fredagsgåture

*Hver fredag - hvis vejret tillader det - er der gåture med Marianne på aktivitetskalenderen.*

Juli måneds første gåtur gik med metro fra Trianglen til Marmorkirken. Herfra gik Leif, Torsten, Bellis og jeg til Kongens Have, hvor vi så Rosenborg slot og rosenhaven. Herfra gik vi hjem gennem Østre anlæg og Holmens Kirkegård. En meget smuk og dejlig tur. Torsten gik med Bellis i snor og havde hende også på ryggen i den medbragte rygsæk



Fredag 15.8 gik Leif, Torsten, Mia og jeg en god tur til Østerport Station via Rosenvængets kvarter og Strandboulevarden.

Det var 28° varmt, så Susanne havde sørget for vand og saft til turen, som vi nød på en lille bænk inden vi stoppede og så den smukke udsigt over byen fra broen over Østerport station. For at hvile fødderne lidt tog vi metroen til Trianglen og gik hjem derfra.

Vores gåture kan virkelig noget, fordi mange nyder at komme rundt i lokalområdet og se steder, vi ikke ser så tit.

**/Marianne**

## Musikfestival - koncert med Det brune værtshus

Hvert år sørger Københavns kommune for at alle plejehjem, der ønsker det, får en koncert, og på Kærbo siger vi ikke nej til en musikoplevelse eller anledning til fest.

Sidste år spillede Det brune værtshus for os og i år var vi så heldige, at de samme 5 friske fyre, kiggede forbi med en fantastisk optræden. Deres musik er en skønsm blanding af søens folk, der møder værtshusmusik. Før de kunne starte koncerten skulle vi dog lige have mast dem ind i det lille hjørne af centersalen, som var til overs efter alle fstdeltagerne var ankommet. Bandet tog det helt roligt - deres teknikmand var nok lidt presset, men det lykkedes til sidst og vi havde en herlig fest med god musik, mad og dejlig stemning.



Der var lige præcis plads til at det 5 mand store band kunne spille deres koncert - dansegulv var der egentlig ikke, meeen med var et par kvm tilovers kunne en lille flok alligevel få gang i benene til den gode musik.

## Teater i centersalen

Teater V kom og spillede forestillingen "Ingen problemer", der foregår i en frisørforretning i 50'erne.

Centersalen var derfor fuld af dejlig 50'er musik hele formiddagen.

