

Ryholtgård Nyt

ONLINE version

Septembers himmel er så blå, dens skyer lyser hvide

September 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

Aktivitetsteam:

Tlf : 82 32 52 53 Pia aq1m@kk.dk
Tlf: 82 32 52 54 Kirsten lg1v@kk.dk

Indhold:

s. 4 Aktivitetskalender
s. 7 Læs om Teaterforestilling d. 23.sep
s. 8-10 Menu plan
s. 10-11 Quiz om Danmarks Byer
s.12 fotos fra august måned :
Udflugt til Furesø marina
Og Københavns Kommunes Musikfestival
Bagsiden: På Plakaten

Ledelsen på Ryholtgård



Trine, afdelingsleder



Teresa, forstander



Ninna, køkken- og serviceleder

Aktivitetskalender september 2025

man 1.sep Uge 36 Pia AMR arb.	Kl 14:30-16 Kl 15 Kl 16-18 Kl 19	Fællessang på 3. sal /Pia+ frivillige Wellness i stuen/Kirsten Pårørende møde i Multisalen Oplæsning for alle(1.sal)/Kirsten
tir 2.sep Pia AMR arb.+ kursus	Kl 11 Kl 11:00 Kl 15 Kl 19	Stolegymnastik i Multisalen/Pia FSB møde for ALLE beboere i multisalen (Invitation og dagsorden uddelt i alle boliger) Wellness i stuen/Kirsten Musik el. oplæsning 3.sal/Kirsten
ons 3.sep Pia AMR arb.+ MED udvalgsmøde	Kl 10:30-14:30	Udflugt Nr.2 til Furesø Marina/Kirsten inviteret beboer gruppe
Tor 4.sep	Kl 11 Kl 15-17 Kl 19-20	Stolegymnastik i Multisalen/Kirsten Individuelle besøg/gåture/cykeltur/Pia Klassisk Musik for alle/hvor:2.sal/ Pia
fre 5.sep KM fri	Kl 11-12:15 Kl 13	Sensommer hygge og gåture i haven/Pia Evt. ishus/Pia + Solveig
lør 6.sep		Ingen aktiviteter
søn 7.sep	Kl 14.15 Kl 16:30 Kl 18:45	Individuelle aftaler/Kirsten Fælles aktivitet/Kirsten (Se opslag) Oplæsning på 1. sal for alle Kirsten
man 8.sep Uge 37	Kl 11-12:30 Kl 14:30-16 Kl 15:00-18 Kl 18:45	1:1 aktiviteter/Pia Fællessang på 3. sal /Pia+ frivillige Wellness 1. sal /Kirsten Underholdning i stuen /Kirsten
tir 9.sep	Kl 11:00 Kl 15:30- 18 Kl 18:45	Stolegymnastik i Multisalen (lukket hold) /Pia Wellness 3. sal /Kirsten Tur ud/musik eller aftentur/Kirsten
ons 10.sep	Kl 9:45 Kl 11:30-12:30	Evt.Vuggestue besøg/Pia Se Ugekalender 1:1 aktiviteter/Pia 1:1 aktiviteter /Pia
tor 11.sep	Kl 11:00	Stolegymnastik i Multisal (lukket hold) /Kirsten

	Kl 13:30-16 Kl 14-15 Kl 16:30 Kl 19-20	Besøg i huset/Kirsten 1:1 Gåture/indkøb med Pia JazzTalk /Koncert i multisalen/Pia+ frivillige 1:1 Vi går aftentur /kontakt Pia
fre 12.sep		Ingen aktiviteter
lør 13.sep		Ingen aktiviteter
søn 14.sep	Kl 11 Kl 13:00-15	Morgenhygge m. musik på 3. sal /Pia Gåtur i Parken /Pia
man 15.sep Uge 38	Kl 11-12:30 Kl 14:30-16 Kl 15:00-18 Kl 18:45	1:1 aktiviteter/Pia Fællessang på 3. sal /Pia+ frivillige Wellness , stuen /Kirsten Oplæsning 1.sal/Kirsten
tir 16.sep 	Kl 11:00 Kl 14:30 Kl 15:30 Kl 18:45	Stolegymnastik i Multisalen (lukket hold) /Pia HØST Gudstjeneste 1. sal/evt. i haven Med præst fra Lundehus Kirken Wellness 2. sal /Kirsten Oplæsning eller musik 3. sal/Kirsten
Ons 17.sep	Kl 9:45 Kl 11-13	Evt.Vuggestue besøg/Pia Se Ugekalender Forberede Efterårsfest 8.okt/Pia+ Solveig
tor 18.sep	Kl 11:00 Kl 14-15:30 Kl 15-17 Kl 19-19:50	Stolegymnastik i Multisal (lukket hold) /Kirsten Ture udenfor /Kirsten Individuelle aktiviteter/Pia Klassisk Sensommer: Musik på 2.sal stue <u>Alle</u> er velkomne/Pia
fre 19.sep	Kl 10:00 Kl 15-16:00	Individuelt med Kirsten Besøg i huset
lør 20.sep		Ingen aktiviteter
søn 21.sep	Kl 14.15	Individuelle aftaler

	Kl 16:30	Fælles aktivitet/Kirsten (Se opslag)
	Kl 18:45	Oplæsning på 1. sal for alle
man 22. Uge 39	Kl 11-12:30 Kl 14:30-16 Kl 15:00 Kl 18:45	1:1 aktiviteter/Pia Fællessang på 3. sal /Pia Neglesalon 1. sal /Kirsten Musik, quiz eller oplæsning i stuen /Kirsten
tir 23.sep  TEATER	Kl 11:00 Kl 15:00	Stolegymnastik i Multisalen/Pia Teaterforestilling i Multisalen: "Genklang" læs mere side 8
ons 24.sep	Kl 9:45 Kl 10-12:00 Kl 13:00 Kl 13:30-15	Evt.Vuggestue besøg/Pia Se Ugekalender Individuelle besøg /Kirsten Besøg /Kirsten Gå ture i området/Pia
tor 25.sep  Banko	Kl 11:00 Kl 14-16:00 Kl 14-15:30 Kl 17-18 Kl 19-20	Stolegymnastik i Multisal (lukket hold) /Kirsten Besøg i huset eller ture /Kirsten Banko på 2.sal 1.+2.sals beboere/Pia og Solveig Banko med stuens beboere/Pia Banko med 3.sal/Pia
fre 26.sep	Kl 11:00 Kl 13:00-13:30	Gå ture i området/Pia Nu er det fredag! /Pia og Solveig
lør 27.sep		Ingen aktiviteter
søn 28.sep	Kl 14-16 Kl 16:30-18	Gåtur i Parken /Pia 1:1 aktiviteter/Pia
man 29.sep Uge 40	Kl 11-12:30	1:1 aktiviteter/Pia

	Kl 14:30-16 Kl 15:00-18 Kl 18:45	Fællessang på 3. sal /Pia+ frivillige Wellness 1. sal /Kirsten Underholdning i stuen /Kirsten
tir 30.sep	Kl 11:00 Kl 15:30- 18 Kl 18:45	Stolegymnastik i Multisalen /Pia Wellness 3. sal /Kirsten Individuelt på 2. sal eller aftentur
ons 1.okt Pia ferie		<i>Ingen aktiviteter</i>

Denne plan er vejledende Tjek altid ugeplanen der hænger på alle etagers opslagstavler for ændringer, aflysninger, etc

GENKLANG

Teater Forestilling 23. september kl 15

Genklang er forestillingen om en mand som flytter ind på jeres plejehjem.

Manden kommer med sine flyttekasser. Han ser frem til at møde beboerne, naboer og dem, som arbejder på stedet. Han lever lidt i sine forskellige verdener/ virkeligheder. Han pakker flyttekasserne ud og finder bl.a. sin afdøde kones kjole, som han danser med. Kjolen bliver til hans elskede, og fortiden bliver til nuet.

Geo Hansen, som manden hedder, har arbejdet hele sit liv i et cirkus. Det gør bl.a. at han er god til at underholde.....Forestillingen er en rørende, morsom og nærværende teateroplevelse.



Menuplan SEPT. 2025

Dag	Dato	Hovedret	Forret/dessert
Mandag	1	Høsekødsuppe med boller, urter og flutes	Belgisk vaffel m. flødeskum og jordbærmarmelade
Tirsdag	2	Vegetarfrikadeller m. skysauce, kartofler og salat m. tomat, agurk og kikærter vendt i olie-eddike-dressing	Æblegrød m. sødmælk
Onsdag	3	Smørrebrød m. æg, mayonnaise, rejer, karse og citron og frikadeller med rødkål, agurkesalat og appelsinspringer	Koldskål m. kammerjunker
Torsdag	4	Brændende kærlighed m. squash og gulerødder hertil syltede rødbeder	Ananaskage m. flødeskum
Fredag	5	Pasta m. kødsauce og revet ost	Rabarbersuppe m. creme fraiche
Lørdag	6	Kylling i grøntsagsfad hertil kartofler og bagte blomkål	Fersken m. makronskum
Søndag	7	Kold skinke m. flødekartofler og ærter	Vaniljeis med vafler
Mandag	8	Karryferskensuppe m. kylling hertil flutes	Ananaskage m. flødeskum
Tirsdag	9	Hjertemillionbøf med kartoffelmos og syltede rødbeder	Hindbærsolbærgrød m. sødmælk
Onsdag	10	Tun med æg, rejer, salat og ærter, hertil flutes og thousand island-dressing	Koldskål m. kammerjunker
Torsdag	11	Svensk pølseret m.	Æblegrød m. sødmælk

Fredag	12	Æggekage m. bacon, tomat, purløg og rugbrød	3 slags ost m. kiks og vindruer
Lørdag	13	Fiskefrikadeller m. kold remouladesauce, kartofler og gulrodsråkost m. ærter og solsikkekerner	Jordbæris m. flødeskum
Søndag	14	Farsbrød m. skysauce, ovnbagte kartofler og smørstegte gulerødder	Pære m. cremesauce
Mandag	15	Græskarsuppe m. kikærter, ristet solsikkekerner, brød og skyrtopping	Æbletærte m. creme fraiche
Tirsdag	16	Boller i karri m. ris og broccoli	Solbærhindebærgrød m. sødmælk
Onsdag	17	Skipperlabskovs m. purløg, smørklat og rødbeder	Koldskål m. kammerjunker
Torsdag	18	Stegt medister m. stuvet spinat, sennep, rødbede og kartofler	Ananaskage m. flødeskum
Fredag	19	Tarteletter m. høns i asparges	Fersken og ananas m. råcreme
Lørdag	20	Porretærte hertil tomatsalat m. feta og avocado	Is m. lun børsauce
Søndag	21	Farsbrød m. ost m. flødekartofler og bønner	Æbletærte m. cremefraiche
Mandag	22	Kartoffelsuppe m. kikærter, bacondrys og flutes	Rabarberkage m. flødeskum
Tirsdag	23	Kålgryde med oksekød hertil kartofler	Belgisk vaffel m. flødeskum og syltetøj
Onsdag	24	Hotdogs m. ketchup, remoulade, sennep rå og ristet løg samt agurkesalat	Koldskål m. kammerjunker
Torsdag	25	Vegetarfrikadeller m. skysauce, kartofler og dampet gulerødder	Æblegrød m. sødmælk

Fredag	26	Kartoffelæggekage m. cocktailpølser, tomat, purløg	Pære m. makronskum
Lørdag	27	Vegetariskgryde m. mos og syltede rødbeder	Is m. vafler
Søndag	28	Fisk i fad med rodfrugtemix og hollandaisesauce hertil kartofler	Frugtsalat m. chokolade og banan
Mandag	29	Tomatsuppe m. linser, suppehorn og baguetter	Ananaskage m. flødeskum
Tirsdag	30	Kyllingebøf Bangkok m. gulerod, squash og blegselleri hertil ris og tomat topping m. spirer og persille	Hindbærsolbærgrød m. sødmælk

Ret til overraskelser forbeholdes

Oplysninger om allergener kan fås ved at kontakte Køkken- og serviceleder Ninna Badenholt

Landet Rundt

QUIZ om Danmarks Byer:

- 1.Hvilken by er kendt for sin domkirke og som tidligere var Danmarks hovedstad?
- 2.Hvad hedder Danmarks nordligste by, kendt fra utallige kunstmaleres værker?
- 3.Hvilken by er kendt som "Cold Hawaii"?
- 4.Hvilken by er kendt for sin årlige festival og Jyske Bank Boxen?
- 5.Hvor finder man "Den Gamle By" ?



- 6.Hvilken by er kendt for sin smukke havn og sine mange fiskekuttere?
- 7.Hvilken by er kendt for "Nordkraft" og sine mange farverige huse?
- 8.Hvilken by er kendt for sine mange broer og kanaler?
- 9.Hvilken by er kendt for Holger Danske og Kronborg ?
- 10.Hvilken by er kendt for "Tinderbox" og sit universitet?
- 11.Hvilken by er kendt for sine mange festivaler og for sin placering ved havet?
- 12.Hvilken by er kendt for sin lange gågade, domkirken og sit gode handelsliv?
- 13.Hvilken by er kendt for sin lufthavn og for LEGO?
- 14.Hvilken større by ligger på øen Als?
- 15.Hvilken by og ø skal du sejle el. flyve til for at besøge Hammershus?

Svar: 1 Roskilde 2. Skagen 3. Klitmøller (eller Hanstholm) 4. Herning 5
Århus
6. Esbjerg 7. Aalborg 8. København 9. Helsingør 10. Odense
11. Skanderborg
12 Viborg 13. Billund 14 Sønderborg 15. Rønne (på Bornholm)



UDFLUGT til Furesøren i august

Der kommer flere fotos i oktober bladet fra turene i aug.-september

Dog kun i beboer-version pga GDPR regler

Musik Festival 13.august



Det Brune Værtshus

Tusind tak for flot opbakning
fra frivillige, beboere og
personale.

Kh Pia

Margrethes Gamle Dansk



På plakaten:



JAZZ TALK

spiller jazz på
Ryholtgård
Tors. 11.sept.
kl 16:30



Jazz Talk er en hyggelig amatør jazztrio der er kommet på Ryholtgård i mere end 10 år

GENKLANG



Teater Forestilling 23. september kl 15

i Multisalen (læs side 8)

Dørene åbner for publikum kl 14:45

*

Bustur september

Invitationer deles ud løbende til de involverede

MVH Kirsten

