

Tingbjerghjemmet

Tingposten

September 2025

Månedssblad for Tingbjerghjemmet 15. årgang nr. 9



Københavns Kommunes
Musikfestival
- Sol, sommer, musik
og masser af
livsglæde!

Bladet kan også læses på vores hjemmeside
boligertilaeldre.kk.dk/plejehjem/tingbjerghjemmet

Kære Alle



Jeg håber, at I har haft en dejlig sommer fyldt med solskin, gode minder og tid til at nyde de små øjeblikke - hvad enten det har været en tur i haven, en is i hånden eller bare en stille stund i skyggen på de varme dage.

Her på Tingbjerghjemmet er vi kommet godt gennem sommeren, og jeg vil gerne sige en stor, varm TAK til vores dygtige medarbejdere for deres ekstra indsats. Jeres engagement og omsorg gør en stor forskel, og jeg ved, at både beboere og pårørende sætter stor pris på det.

Nu byder vi efteråret velkommen. September er en særlig måned, hvor vi stadig kan nyde de sidste sommerdage i haven, men hvor vi også mærker, at dagene bliver kortere, og mørket falder hurtigere på. Det giver anledning til hygge indendørs, og jeg glæder mig til de mange fælles oplevelser, vi har foran os. Allerede i september venter der flere koncerter i fællesstuen, og jeg håber, at så mange som muligt, også gerne Pårørende, har lyst til at være med - musik og fællesskab varmer, uanset årstid.

Et af de arrangementer, jeg ser særligt frem til, er vores SENSOMMERFEST den 24. september, hvor vi mødes til god mad, musik og hinandens selskab og endnu en dejlig oplevelse sammen 😊

Lad os gå ind i efteråret med åbenhed, glæde og masser af fællesskab.

Kærlig hilsen
Jette

Fødselsdage i september

Kære fødselarer!

Hjertelig tillykke med fødselsdagen – vi ønsker jer en rigtig dejlig dag!

Dan Erik Bengtsson, 2. sal

4. september

Else Poulsen, Stuen

20. september

Jesper Holbøll, Stuen

22. september

Birte Thastum, 1. sal

27. september

Kitty Werner Sørensen, 2. sal

27. september



Vi byder velkommen til:

Jette Mølgaard, 2. sal, bolig 216

Jytte Berg Petersen, 2. sal, bolig 211

Vi har sagt farvel til:

John Brogaard, 2. sal, bolig 216

Eva Lund, 2. sal, bolig 211

Invitation til **SENSOMMERFEST**

Kære beboere og pårørende!

Vi skal fejre, at vi har haft en rigtig dejlig sommer fyldt med sol og dejlige oplevelser, og vi inviterer jer derfor til
Sensommerfest

**Onsdag den 24. september
kl. 17:30**

Vi byder på en lækker menu med drikkevarer, og efter maden vil "Stine & Martin" sørge for fantastisk sang og musik med masser af muligheder for en god svingom!

Pris per beboer er 100 kr.
Pris per pårørende er 150 kr.

Tilmelding til personalet senest
den 17. september

Vi glæder os til at se jer allesammen!

Københavns Kommunes Musikfestival

Som det også ses på forsiden af Tingposten, bød Københavns Kommune på deres årlige Musikfestival på den skønneste sommerdag i august. Et veloplagt band spillede de mest iørefaldende og dejlige numre med Gasolin og Kim Larsen. Trods varmen måtte flere op og danse til den medrivende musik 😊



Mange lyttede også til den gode musik i skyggen. Her er det Bjarne, Vagn og Ester, der nyder den dejlige eftermiddag





Kitty, Seija, Mette, Per, Sonja og Vagn havde et par skønne timer i godt selskab, mens de lyttede til de kendte Gasolin numre.

Traditionen tro bød Københavns Kommune også på lækkerier i form af små delikate flødeboller og lækker flødeis. Her er det Lissi og Conny der får servering.



Invitation til teater-forestilling



Et Lille Storbyteater i Valby/København, har siden 2011 med stor succes produceret musikalske forestillinger designet specielt til optræden på plejehjem. Den lille teatertrup består af to sangere og en musiker.



Vi er så heldige, at Københavns Kommune har bevilget Tingbjerghjemmet en optræden af denne dygtige trup, som tidligere med stor succes har besøgt os.

Vi er derfor glade for at kunne invitere alle beboere

Den 4. september kl. 11:00 til Teater i Aktiviteten

Skønne cykelture ud i det blå



Cykelture med Cenan har som altid været en populær aktivitet henover sommeren, så der er blevet cyklet rigtig mange ture.



På billederne er det Vibeke, Inge, Jesper, Ingrid og Christian der er på farten! Christian skuer udover Utterslev Mose.

Film-eftermiddag: "Hurra for De Blå Husarer"



På en eftermiddag med lidt småtrist vejr er det skønt at kunne sætte en god og underholdende film på DVD afspilleren. Det gjorde vi så en eftermiddag i august og efter lidt snak frem og tilbage, blev vi enige om at se "Hurra for De Blåa Husarer" - en af de gode gamle film med alle de kendte danske stjerner. En veloplagt og lystig film, som alle beboere fandt meget underholdende!



En helt særlig musik-aften

Da Vagn i stuen fyldte 80 år gav hans datter Signe ham en helt særlig gave, nemlig en koncert. Signe er med i et Country-Folk band, og en aften i august fik alle beboere lov til at deltage i koncerten til stor glæde for alle!



Vagn var med rette meget glad og stolt over sin datter, som havde givet sin far denne personlige gave.





Bandet var meget dygtige og musikalske og underholdt med skøn og iørefaldende musik. Der blev skabt en helt særlig stemning, og bandet høstede mange klapsalver og måtte give et ekstranummer 😊

Tak til Signe og bandet for at give beboerne denne helt særlige oplevelse.

Invitation til musik-arrangement

Fredag den 12. september kl. 11
Med duoen "Opsang"

Syng og lad hjertet tale! En kærlig opsang om at give plads til musikken, stemmen, sjælen og fællesskabet. Opsang handler om at mærke sangens opløftende kraft.

Med klarinet, melodika, klaver og to smukke stemmer bliver den danske sangskat fortolket med nærvær, kærlighed, humor og glæde, og det med publikum som aktiv medskaber. Når vi synger sammen – hører vi sammen. Og er man ikke den store sangfugl, så handler OPSANG i høj grad også om at dele smuk poesi og livsbekræftende ord. Kort sagt en påmindelse om det, der gør livet værd at leve!



Bustur til Raadvad - Dyrehaven



Nogle gange er det bare herligt og komme ud og se noget andet end Tingbjerghjemmet. Det er derfor dejligt, at vi har mulighed at tage beboerne med ud på busture i det danske land. Denne gang gik turen til Raadvad i Dyrehaven og buspassagerne nød at se det smukke område ved Raadvad på en solbeskinnet augustdag. Med på turen var Susanne, Rigmor, Jesper, Vibeke og Vesla samt Bjarne og Vagn (1.)



Raadvad Knivfabrik
ligger der fortsat, men
er i dag indrettet til
kreative værksteder.

Vibeke fandt sig en sten
at sidde på foran
Raadvad Kro, som er et
berømt spisested, men
nok ikke lige for vores
pengepung! Men smukt
er der 😊

De små glæder

At hilse på en sød lille bomuldshund og dens flinke ejer er rigtig hyggeligt, når man er på vej hjem fra en dejlig gåtur langs haverne. En lille buket blomster blev også plukket. Små ture i den stadig lune luft giver masser af glæde. Her er det Inge, der har haft en dejlig tur.



Invitation til Pårørende-møde

Kære Pårørende!

Der er kommet et ønske fra nogle pårørende, der har spurgt, om jeg vil indkalde til et Pårørende-møde, hvor der kan etableres et Pårørende-råd. Det vil jeg selvfølgelig gerne, og mødet vil finde sted

**Torsdag den 30. oktober
kl. 19:00 i Aktiviteten**

Tilmelding til mig senest den 22. september 2025

Kærlig hilsen

Jette



Aktivitetsplan september

Dato	Tidspunkt	Aktivitet
Mandag 1.9.	10:00-12:00	Gå- og cykelture efter aftale
	13:45-15:15	Månedens koncert: André Rieu
Tirsdag 2.9.	10:00-12:00	Manicure
	13:30-15:00	Bustur efter afalte (50 kr pr person)
	18:30-19:30	Quiz og hygge
Onsdag 3.9.	10:45	Musik og motion
	13:45-15:15	Højtælæsning i haven (afhængigt af vejret)
Torsdag 4.9.	11:00	Teater (se opslag i Tingposten)
	13:45-15:15	Banko
Fredag 5.9.	10:00-12:00	Indkøbstur til Coop365/Lidl
	13:45-15:15	Fællessang
Mandag 8.9.	10:00-12:00	Gå- og cykelture efter aftale
	13:30-15:00	Bustur efter aftale (50 kr pr person)
Tirsdag 9.9.	10:00-12:00	Manicure
	13:30-15:00	Bustur efter aftale (50 kr pr person)
Onsdag 10.9.	10:30-12:00	Vi laver bordkort til Sensommerfesten
	13:30-15:00	Højtælæsning
Torsdag 11.9.	10:30-11:30	Banko
	13:45-15:15	Vores egen isbod serverer isvafler
	18:45-20:15	Månedens film: annonceres i løbet af september
Fredag 12.9.	11:00	Koncert med "Opsang" (se opslag i Tingposten)
	13:45-15:15	Fællessang
Mandag 15.9.	10:00-12:00	Gå- og cykelture efter aftale
	13:45-15:15	Petanque
Tirsdag 16.9.	10:00-12:00	Manicure
	13:30-15:00	Bustur efter aftale (50 kr pr pers)
Onsdag 17.9.	10:00-12:00	Vi laver bordkort til Sensommerfesten
	13:30-15:00	Bustur efter aftale (50 kr pr pers)
Torsdag 18.9.	10:45	Musik og motion
	13:45-15:15	Banko
Fredag 19.9.	10:00-12:00	Indkøbstur til Coop365/Lidl
	13:45-15:15	Fællessang
Mandag 22.9.	10:00-12:00	Manicure
	13:45-15:15	Vi bager småkager - de gode sprøde!
Tirsdag 23.9	10:00-12:00	Vi køber blomster til Sensommerfesten
	13:45-15:15	Vi arrangerer blomster til Sensommerfesten
Onsdag 24.9.	17:30	SENSOMMERFEST
Torsdag 25.9	10:45	Musik og motion
	13:45-15:15	Banko
Fredag 26.9.	10:00-12:00	Indkøbsture til Coop365/Lidl
	13:45-15:15	Fællessang
Mandag 29.9.	10:00-12:00	Gå- og cykelture efter aftale
	13:45-15:15	Billede-quiz
Tirsdag 30.9.	10:00-12:00	Manicure
	13:30-15:00	Bustur efter aftale (50 kr pr pers)
	19:00-20:00	Pårørende-møde

Med forbehold for ændringer!

Madplan september

	dag	hovedret 	biret
1	mandag	Kalkuncuvette med skysauce, kogte kartofler og tomat salat med oliven og feta	Rodfrugtsuppe med flutes
2	tirsdag	Grill pølser med kold kartoffelsalat	Abrikosgrød med mælk/ fløde
3	onsdag	Krebinetter med stuvet ærter og gulerødder, kogte kartofler og syltede rødbeder	Hindbærkold skål med kammerjunkere
4	torsdag	 Dan, 2 sal Kalvelever med bløde løg, kartofler og sauce og dampede gulerødder	Chokolademousse med flødeskum
5	fredag	Brocoligratin med skinke	Pærecrumble med vaniljeskum
6	lørdag	Enebærgryde med kogte kartofler og dampede grønne bønner	Blommegrød med mælk/ fløde
7	søndag	Spareribs med bbq, bagekartofler med kryddersmør og dampede majs	Is og vafler
8	mandag	Frikadeller med stuvet spinat, kogte kartofler og syltede rødbeder	Æblegrød med mælk/ fløde
9	tirsdag	Bagt laks med hollandaise, kogte kartofler, og dampede broccoli	Blomkålssuppe med flutes
10	onsdag	Paneret schnitzel af gris, peberrodssmør med kapers, kogte kartofler og dampede ærter	Skovbærgrød med mælk/ fløde
11	torsdag	Fyldte squash i tomat sauce og pasta	Græskarsuppe med creme fraiche og flutes
12	fredag	Sprængt nakke med aspargessauce, kogte kartofler og dampede blomkål/ gulerod	Romfromage med flødeskum
13	lørdag	Boller i karri med ris/ kartofler og dampede broccoli	Blåbærgrød med mælk/ fløde
14	søndag	Kyllingelår med ovnstegte kartofler, skysauce og agurkesalat	Hindbærfromage
15	mandag	Farsbrød som vildt, brun sauce, kogte kartofler og dampede grønne bønner	Sellerisuppe med flutes
16	tirsdag	Smørstegt torsk med persille, kartofler og dampede gulerødder	Ymerfromage med blommer

17	onsdag	Langtidsstegt nakkesteg med brun sauce, kogte kartofler og stegte hvidløg svampe	Brombær crumble med creme fraiche
18	torsdag	Vegetarisk æggekage og bagt rødbedesalat med creme fraiche	Efterårssuppe med kokos og linser samt flutes
19	fredag	Rullesteg med svesker, sauce, kogte kartofler og rødkål	Henkogt ananas med råcreme
20	lørdag	Else, stuen Glaseret skinke med grønlangkål med brune kartofler med syltede rødbeder	Is med vafler
21	søndag	Brændende kærlighed med mos og syltede rødbeder	Blommegrød med mælk/ fløde
22	mandag	Jesper, stuen Flæskesteg med flødekartofler og dampede gulerødder/blomkål	Tomatsuppe med gratineret flutes
23	tirsdag	Grill pølser med kold kartoffelsalat	Jordbærgrød med mælk/ fløde
24	onsdag	Sensommerfest	
25	torsdag	Biksemad med spejlæg	Brombærfromage
26	fredag	Birte fødselsdagsmenu Bagt laks med brune ris, smørsauce med krydderurter, sprød bladsalat med blandet grønt og olie-eddike-dressing	Udskåret melon med honning og vaniljeis
27	lørdag	Birte, 1 sal Kitty, 2 sal Menu kommer senere	
28	søndag	Skipperlabskovs med svin, syltede rødbeder og hakket purløg	Pandekager med lun brandy-appelsinsauce
29	mandag	Kødboller i tomatsauce, pasta og tomatsalat med mozzarella og basilikum	Æblegrød med mælk/ fløde
30	tirsdag	Hjemmelavede fiskedeller med persillesauce, kogte kartofler og råkostsalat	Appelsinfromage

Kageplan september

	dag	hovedret 
1	mandag	Squashkage med ostetopping
2	tirsdag	Boller
3	onsdag	Fuglereder med flødeskum og blåbærsyltetøj
4	torsdag	 Dan, 2 sal Vandbakkelse med cremfyld og marmelade
5	fredag	Småkager
6	lørdag	Chokoladekage
7	søndag	Cheesecake
8	mandag	Bærmuffins med havregrynscrumble
9	tirsdag	Drømmekage
10	onsdag	Kartoffelkager
11	torsdag	Boller
12	fredag	Småkager
13	lørdag	Svensk krydderikage
14	søndag	Cookies
15	mandag	Franske vafler
16	tirsdag	Kiks med ost
17	onsdag	H. C. Andersen-portvinskage
18	torsdag	Boller
19	fredag	Småkager
20	lørdag	 Else, stuen Gl. Dags æblekage
21	søndag	Kvargkage med blåbær
22	mandag	 Jesper, stuen Othellolagkage
23	tirsdag	Den du ved nok
24	onsdag	Sensommerfest
25	torsdag	Boller
26	fredag	Frugt
27	lørdag	 Birte, 1 sal  Kitty, 2 sal
28	søndag	Pund til pund kage med nødder
29	mandag	Upside down kage med ananas
30	tirsdag	Romkugler

Krydsord - september

Løsningen afleveres i Aktiviteten i stuen senest den 24. september. Der vil blive trukket lod blandt de rigtige svar, og vinderen vil modtage en præmie! ☺
Vinderen af august måneds krydsord: **Thorben Pedersen, 2. sal**

				LET 317	KIGGET	HUR- TIGT	ILT	DRÆN	SKAL- DYR		
				FUGL							
				IKKE							
						1				2	
						3	SVIM- MEL STOPPER				
	MO- RALSK	KÆR- TEGNE		 1000 KG							GRINET
ENGELSK KURS					REKLAME FAG- MAND						
								NEDBØR BRAN- CHE			
STED- ORD			5								
		STED- NAVN FOR- BUND				TONE FILM- FIGUR			DRIK UJÆVN		7
COOL				BEHER- SKET HANK							
	8										
FARVE- RIGE								 DOPING			SÆTTE OP
		STOLT- HED MEN				TONE 			BJÆFFE RÆKKE		
FORRET- NING							AFTRYK				
		10	11			12	TON	9			
GRØNT LAG	13										

Løsning: _____

Krydsord indleveret af:

Navn: _____ Bolig: _____

Tingbjerghjemmets bestyrelse samt ledelse

Formand: Helle Jørgensen

Næstformand: Mary Toth

Sekretær: Lillian Hellum

Øvrige bestyrelsesmedlemmer: Rita Tjell Langeland

Forstander: Jette Riis

Tlf.: 8256 0000, mobil: 2619 2036, e-mail: G442@kk.dk

Afdelingsleder Stuen: Susanne Rimmer

Tlf.: 8256 6001, e-mail: LR34@kk.dk

Afdelingsleder 1. sal: Delilah Aldridge Larsen

Tlf.: 8256 6002, e-mail: AE33@kk.dk

Afdelingsleder 2. sal: Gitte Lehmann

Tlf.: 8256 6003, e-mail: VN46@kk.dk

Tingbjerghjemmets værdier

På Tingbjerghjemmet lægger vi vægt på at:

- Alle har en følelse af at høre til
- Dialogen i huset er nærværende
- Alle tager et aktivt fagligt medansvar for livets gang på Tingbjerghjemmet

Fodterapeut: Mette, tlf.: 2225 7374

Kontakt personalet for tidsbestilling. Der kan betales med MobilePay.

Frisør: Karina, tlf.: 6082 8214

Kontakt personalet for tidsbestilling. Der kan betales med MobilePay.

Indlæg til Tingposten

Vi modtager meget gerne indlæg fra både beboere, pårørende og personale, så Tingposten kan blive rigtig god. Indlæg sendes - helst pr e-mail - til forstander Jette Riis (G442@kk.dk) senest den 25. i måneden.

Kontakt:

Tingbjerghjemmet

Midtfløjene 1

2700 Brønshøj

Tlf.: 8256 6000

E-mail: g442@kk.dk



**Det er vigtigt for os, at vi sammen skaber trygge
og stabile rammer for dig, så du føler dig hjemme
på Tingbjerghjemmet.**