

Husavis for Solgaven Valby

**Oktober
2025**



Solgaven Valby, Følager 15, 2500 Valby

Oktober

Så er husavisen tilbage med fuld styrke efter en lang sommer. Efteråret er i fuldt firspring mod os og inden længe stilles urene atter til vintertid. Så er det om at finde de tykke trøjer frem og skrue op for hyggen inden døre.

I den mellemliggende tid er der sket flere ting. Det er endelig lykkedes os at få tilladelse til at koble punktprinterne på Københavns Kommunes netværk, så nu kan vi selv printe til de beboere der læser punkt.

Vi er kommet på Instagram, så følg os gerne, hvis du har mulighed for det.

Der har også været et lederskifte og ansættelse af en ny afdelingsleder. Da den tidligere leder på afdeling C valgte at sige sin stilling op, trådte Birgith som i mange år har været afdelingsleder på afdeling B til og tilbød at hun gerne ville rykke op på afdeling C, da hun i forvejen har vikarieret under ferie og fravær deroppe. I stedet blev der søgt om en afdelingsleder til afdeling B og det er lykkedes os at ansætte Christina Bøwig, som ny afdelingsleder. Christina starter allerede den 6/10 her på Solgaven Valby.

I de forgangne sommermåneder har der heldigvis været mange muligheder for at hygge ude i haven og også på udflugten var vejrguderne med os.

En skøn musikfestival skænket af Københavns Kommune har vi også afholdt.

Nu er sommerferien forbi, men inden længe tager vi hul på efterårsferierne.

Månedens byder først på den årlige efterårsfest for husets beboere i Caféen.

Så vil vores praktikant Johanne Marie spille lidt guitar for os en eftermiddag.

Månedens byder også på flere forskellige foredrag, vær dog opmærksom på at to af dem kræver medlemskab af dansk Blindesamfund og ydermere tilmelding.

I den kommende måned skal vi også have flere valg, først valget til beboerrådet, som afholdes den 15. oktober og derefter har du mulighed for at afgive din stemme til kommunal- og regionsvalget den 29. oktober.

Der vil være både tøjsalg og skosalg, så der er mulighed for at blive ekviperet.

Husavisen indeholder også invitation til Københavns Kommunes brugerundersøgelse både for beboer og pårørende.

Endelig kan vi fortælle at vaccinationsteamet kommer her på Solgaven Valby den 22. oktober, hvor det vil være muligt at blive vaccineret mod influenza og Covid.

Det var vist alt for nu, vi glæder os til at gå efteråret i møde med jer alle.

Mange hilsner fra aktivitetspersonalet



Fødselsdage i oktober

Den 12. oktober – Lillian Bech – bolig 217 – 66 år

Den 22. oktober – Jytte Andersen – bolig 305 – 78 år

Den 24. oktober – Birthe Madsen – bolig 205 – 82 år

Den 27. oktober – Ivan Tinggård Krögli – bolig 307 – 80 år

Den 30. oktober – Kirsten Nielsen – bolig 213 – 93 år

Vi ønsker tillykke med fødselsdagen



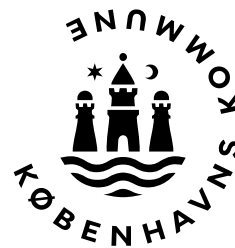
Velkommen til nye beboere

Ivan Krögli i bolig 307
Lili Gish Nielsen i bolig 404
Kaja Rokkjær i bolig 207
Inger K Hvide Hulstrøm i bolig 501
Marie-Anne Molz i bolig 401
Alice Odette Knudsen i bolig 511

Velkommen til nyt personale

Danielle– Sosu-ass. i aftenvagte på afd. C
Christina som afdelingsleder på afd. B





Brugerundersøgelse blandt beboere på Københavns Kommunes plejehjem i efteråret 2025

25. august 2025

Når plejehjem i Københavns Kommune løser pleje- og omsorgsopgaver, gøres det ud fra ønsket om at skabe rammerne for et godt liv for beboerne. Derfor vil kommunen igen i år gennemføre en brugerundersøgelse blandt beboere på kommunens plejehjem. Det gør vi for at blive klogere på, om der er noget, vi kan gøre endnu bedre.

Undersøgelsen har ét vigtigt og helt centralt formål, nemlig at få beboernes vurdering af, hvordan det er at bo på netop deres plejehjem. Derfor får næsten alle kommunens plejehjem besøg, og vi vil spørge omkring 1.000 tilfældigt udvalgte beboere om deres mening.

Hvis du er en af de tilfældigt udvalgte beboere, håber vi, at du har tid og lyst til at deltage og fortælle os, hvad der betyder noget for dig, hvordan du har det i dagligdagen, og hvad du er tilfreds med og mindre tilfreds med.

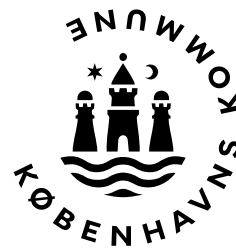
Interviewet er anonymt.

Når du deltager i undersøgelsen og giver din mening til kende, bliver det muligt for os at finde ud af, hvordan vi kan forbedre os.

Københavns Kommune har bedt analyseinstituttet Epinion om at gennemføre undersøgelsen for os. Epinion gennemfører personlige interviews på dit plejehjem i ultimo september samt hele oktober og primo november i efteråret 2025.

Med venlig hilsen

Sisse Marie Welling
Sundheds- og Omsorgsborgmester, Københavns Kommune



Vi vil gerne høre de pårørendes mening

Undersøgelse blandt pårørende til beboere på plejehjem i Københavns Kommune gennemføres i efteråret 2025

I efteråret 2025 gennemfører Sundheds- og Omsorgsforvaltningen en undersøgelse blandt tilfældigt udvalgte pårørende til plejehjemsbeboere. Det gør forvaltningen, fordi det er vigtigt at få en viden om, hvordan de pårørende oplever det at være pårørende, til en der bor på kommunens plejehjem.

Langt de fleste beboere på Københavns Kommunes plejehjem har pårørende som besøger dem, og de pårørende er en vigtig del af mange beboeres liv. Københavns Kommune vil gerne sikre, at de enkelte plejehjem kan samarbejde med de pårørende på den bedst mulige måde, både for beboernes skyld, samt for at kunne tage hensyn til de pårørendes ønsker og behov.

25. august 2025

Kommunen gennemfører derfor en undersøgelse blandt pårørende til beboere på kommunens plejehjem for at blive klogere på, om der er noget, vi kan gøre bedre. Undersøgelsen afdækker bl.a. de pårørendes oplevelser med at komme på kommunens plejehjem, hvordan samarbejdet og dialogen med medarbejderne opleves, hvilke ønsker og behov de pårørende har i forhold til at være med i beboernes dagligdag, erfaringer med at deltage i fælles arrangementer på plejehjemmene mm.

Der gennemføres interview med pårørende fra alle kommunens plejehjem. De pårørende, der er udvalgt til undersøgelsen, vil indledningsvist få et brev med posten om, at de er tilfældigt udvalgt. De pårørende vil efterfølgende blive ringet op af en interviewer fra analysebureauet Epinion, som gennemfører undersøgelsen for Københavns Kommune.

Hvis du er en af de tilfældigt udvalgte pårørende, håber vi, at du har tid og lyst til at deltage, og dermed fortælle os om dine oplevelser, og hvad du er tilfreds eller mindre tilfreds med. Interviewet er anonymt, og det er frivilligt at deltage. Interviewene gennemføres i løbet af oktober til december 2025.

Med venlig hilsen

Sisse Marie Welling
Sundheds- og Omsorgsborgmester, Københavns Kommune

FOREDRAG MED KRAV OM MEDLEMSKAB AF DBS

Arrangør: Kreds Frederiksberg

Foredraget er med Peer Kaae og Per Kuskner, som er to af landets mest erfarne underholdningsjournalister. De har skrevet flere bøger og biografier om de kendte skuespillere, der medvirkede i Matador.

Tirsdag den 7. oktober 2025 fra kl. 14.00 – 16.00 skal vi dykke ned i serien Matador – en serie, som er elsket af mange.

I dette festlige og underholdende foredrag kommer vi helt tæt på tilblivelsen af tv-serien Matador. I får også et unikt indblik i menneskerne bag rollerne og en masse sjove anekdoter fra Matador-universet.

Hvem skulle egentlig oprindeligt have spillet rollerne? Hvordan så skuespillerne selv på deres karakterer? Havde deres medvirken i serien en effekt på deres senere karriere, og hvordan forløb en dag på settet? Det er blot nogle af de spændende emner, I får svar på.

Foredraget er baseret på Per Kuskners bog "Matador – mennesker, myter og minder", som går tæt på tv-seriens skuespillere og skabere.

Sted:

Plejehjemmet Solgaven, Følager 15, 2500 Valby.

Tilmeldingsfrist:

22. september 2025

Hør Ann-Marie Max Hansen synge sange af Kaj Normann-Andersen

Arrangør: Kreds København

Tirsdag den 28. oktober har vi inviteret Ann-Marie Max Hansen til Solgaven i Valby fra kl. 14.30 til 16.30, hvor hun vil synge Kaj Normann-Andersen sange.

Sted:

Plejehjemmet Solgaven, Følager 15, 2500 Valby.

Tilmeldingsfrist:

Flere detaljer om tilmelding senere.

Vores egen John Max Andersen har arbejdet 42 år i politiet, hvoraf 37 har været som kriminalefterforsker.

John har holdt 64 foredrag om emnet. Herunder bl.a. om politiets lovgivning, magtmidler, beviser og indicier, rejseholdet og efterforskning.

Denne omgang kommer John og fortæller:

Hvorfor har vi et politi??



Foredraget er torsdag d. 9.10. kl. 14-15.30 i Mødestedet

Kom og bliv klogere:



I samarbejde med Kursusringen kommer foredragsholder og historieinteresserede Britt Vibefeldt og afholder 3 foredrag på Solgaven i oktober måned.

Fredag d.10/10 kl. 14.00 i Mødestedet

Christian 4. på vrangen.

Alle kender glansbilledet af Cristian 4., men hvad betød hans lovgivning for danskerne?
Vi graver i hans mere ukendte sider.

Fredag d. 17/10 kl. 14.00 i Mødestedet

Kirsten Munk.

Furie, berømt og berygtet.

Fredag d. 24/10 kl. 14.00 i Mødestedet.

Anne Sofie Reventlow.

Født komtesse til Clausholm. Gift først til venstre hånd, så til højre hånd, som dronning af Danmark-Norge. Den 1. ikke kongelige dronning.

Mobility laver podcast:

Det ubekvemme

Hvis du lever med et synshandicap, kan du måske genkende denne situation: Du står og taler med et menneske. Lige pludselig opdager du, at personen er smuttet, og du taler ud i den tomme luft. Det kan være en ret ubekvem situation, og der kan være mange af i løbet af en dag. I dette afsnit inviterer værterne, Tor og Hazel, lytterne med ind i studiet til en samtale om det ubekvemme. De ting eller situationer vi oplever i hverdagen med et synshandicap, men som vi sjældent taler om. De ting vi bruger ekstra energi på, som seende ikke bemærker.

DONER DINE GAMLE BRILLER/SOLBRILLER

Doner dine gamle briller og solbriller til Afrika. Aflever dem til Helle Mobility som vil sørge for at de kommer videre og bliver til gavn for andre.

SOMMERTID/ VINTERTID

Så er det atter tid til at stille urene tilbage. Du kan få hjælp i Caféen mandag den 27. oktober kl. 10 – 12

Wellness

Som en del af klippekortsordningen

tilbyder vi fx neglepleje eller en tur i boblebadekarret

Har en beboer lyst til ovenstående kontaktes

Lotte på tlf.nr.: 51619725 eller mail: CT2K@kk.dk

Den gode historie

Denne mandag havde jeg faktisk selv glemt alt om at bede om den gode historie, men så skete der det fantastiske at beboerne mindede mig om det.

Først bød Helga ind med at fortælle, at hun snart bliver 100 år. På selve dagen har hun bestilt hamburgerryg med grønlangkål og gammeldags frugtsalat, som køkkenet tilbereder. Om lørdagen kommer familien og spiser sammen med hende og så har de bestilt en musiker til at underholde. Det bliver en dejlig dag.

Herefter fortæller Kirsten om en hændelse hun og datteren var ude for for mange år siden. De havde brug for at komme i kontakt med hinanden, men datteren havde en mobiltelefon og Kirsten en fastnettelefon og de kunne af en eller anden grund ikke ringe hinanden op. Kirsten besluttede at tage hen til datteren og datteren besluttede at tage hen til Kirsten. Selv om den ene ikke vidste at den anden var på vej og selv om der var mange chancer for ikke at mødes på vejen, så ville skæbnen at de traf hinanden. De syntes også begge at det var et lykketræf.

Tak for jeres gode historier, nu er ønsket at det vil brede sig til de andre afdelinger også.

Der er valg til beboerrådet den 15. oktober 2025 kl. 13.30

Valget foregår i Mødestedet

Du kan inden mødet skriftlig til det siddende beboerråd meddele, at du ønsker at opstille som kandidat. Du kan også meddele det på selve valgmødet.

På dagen skal vælges følgende:

Valg af formand

Rita er på valg. Rita modtager genvalg.

Valg af 1 medlemmer til afdeling A

(Beboere fra afdeling A stemmer selv på deres repræsentant)

Gerda Torbensen er på valg. Gerda modtager genvalg.

Lilian er først på valg i 2026

Valg af 1 medlemmer til Afdeling B

(Beboerne fra afdeling B stemmer selv på deres repræsentant)

Bjarne er på valg. Bjarne modtager genvalg.

Connie er først på valg i 2026

Valg af 1 medlem til Afdeling C

(Beboerne fra afdeling C stemmer selv på deres repræsentant)

Laila er på valg. Laila modtager genvalg.

Anne Marie er først på valg i 2026

Konstituering:

Efter valget trækker beboerrådet sig til side. Vedtægterne læses højt så alle er informeret om dem.

Herefter skal beboerrådet vælge en næstformand blandt de valgte medlemmer.

Solgaven er kommet på Instagram



Følg os på @voreshverdag_solgaven

Her vil vi dele lidt fra vores hverdag i billeder, film og ord.

Hvem vi er, hvad vi står for og hvad vi gør.

Menuplanlægningsmøde med beboerne - Solgaven Valby

Tid, sted og dato

Onsdag den 3. september 2025 kl. 14.00-15.00. Afholdt i mødestedet.

Deltagere

Beboere, 14 i alt, fra hele huset, aktivitetsmedarbejdere Lotte og Tobie, fra produktionskøkkenet køkkenleder Daniel og ernæringsassistent Andreas.

Velkommen til menuplanlægningsmøde med beboerne

Menu mødet var grundet afdelingsmøde med AKB tirsdag den 2. september ekstraordinært flyttet til onsdag.

Tobie startede som altid med at byde velkommen til mødet og minde om at holde den gode tone og ikke bruge meget mere end 2 minutter på kommentarer ad gangen så alle kunne nå at komme til orde. Faste punkter på mødet er ris/ros fra den forgangne måned, ønsker til næstkommende aftenmenu og drøftelser om kommende frokostmenuer samt eftermiddagstilbuddet, som kan være andet end kage, det kunne for eksempel være frisk frugt, boller eller noget helt tredje.

Nyt fra produktionskøkkenet

Daniel fortalte at køkkenet så småt var ved at være tilbage til normal bemanning efter sommerferien. Herudover nævnte han at ris og/eller ros altid er velkommen og muligt at give på flere måder, enten ved selve menu mødet, via feedbackskemaerne, som I kan bede aftenvagterne om hjælp til at udfylde efter aftensmåltidet eller i ris/ros-postkassen, som er placeret i stueetagen, ved caféen. Hvis der skulle være brug for det kan I også altid kontakte køkkenleder, Daniel. Ved individuelle ernæringsmæssige behov, kontaktes kvalitetsmedarbejder i ernæring, Kirsten Witte. Daniel nævnte ligesom de efterhånden mange forgangne måneder nu at priserne på fødevarer er steget utroligt meget og bliver desværre ved med at stige, særligt prisen på oksekød er meget høj. d.d. koster 1 kg. hakket økologisk oksekød mere end 180 kr., grundet flere faktorer så som urolige tider på verdensmarkedet og meget

færre lokale danske opdræt. Produktionskøkkenet tilrettelægger menuerne, så kødretterne bliver serveret jævnt fordelt over måneden.

Drøftelser og input

Der kom utrolig mange gode forslag til de kommende menuer fra de fremmødte beboere, det sætter køkkenet meget stor pris på. Alle forslag bliver bragt med videre til menuplanlægningen i produktionskøkkenet. Det er dog ikke sikkert at alle retter kommer på den kommende faste menu, men det kan være at de for eksempel vil blive serveret til den lune ret om torsdagen til frokost eller menuen måneden efter. Flere beboere nævnte at vores hjemmerøgede laks var faldet i god jord og at det bestemt er en ret som gerne må serveres igen i fremtiden.

Der var også flotte tilbagemeldinger omkring køkkenets hjemmebagte småkager som oplevedes som værende en god afveksling til de gammeldags småkager som er en del af vores faste udvalg.

Det nævnes at der skal gøres noget ved bagetiden på søndagskringlen, da den ofte føles under bagt. Daniel tager feedbacken med tilbage og sørger for at der justeres på bagetiden.

Der var som altid stor ros til vores hjemmelavede pålæg og det flotte udvalg. Daniel spurgte om der var ønsker til andre pålægstyper. En beboer nævnte The pølse, Daniel undersøger sammen med vores slagter Michael om det er muligt selv at producere.

Afslutningsvis

Daniel afsluttede med at takke for at komme med så mange gode input til maden, han glæder sig til næste møde første tirsdag i oktober måned og håber på lige så mange gode drøftelser og forslag til måltiderne.

Billeder fra måneden der gik



Lidt billeder fra de varme sommer måneder



Så kom Jørgen fra 4. sals barnebarn Andreas Bunin Trap-Jensen forbi og underholdt med fløjtespil i Mødestedet. Her ved siden af ses Andreas og en meget stolt morfar Jørgen

Her er det Helga Cordts med brevet fra kongen, som hun modtog på sin 100-års fødselsdag
Stort tillykke Helga



Så gik turen til Bellahøj Gaard, hvor vi havde en helt fantastisk dag. Maden var veltillavet og vejret var perfekt. Det betød at vi kunne vandre en tur om i parken bag restauranten og havde mulighed for at nyde kaffen udenfor

Desværre for os har Jane valgt at bruge sit seniorliv udenfor Solgaven Valby. Vi er heldige med at vi fik lov at have Jane til at lave aktiviteter her hos os i henvend 6 år. Vi håber hun må nyde sit otium.

Lidt musik har vi også haft hen over sommeren.



Her er det Benjamin Aggerbæk der spiller og Kirsten der synger



Her er det én af de søde unge mennesker fra Musikfestivalen der får en dans med Solveig



Margit der nyder musikken

Og herunder et billede af vores nye unge præst Jakob, han gør det så godt.



Nyttige telefonnumre:

Frisør

Vicki: 26 29 16 87

Købmand

Walther Holmberg kommer i huset 1 x om ugen

Du kan ved personalets hjælp bestille varer hver mandag

Købmanden kan også træffes på tlf.nr.: 30 40 14 46

NOTA

Bestilling af lydbøger fra biblioteket

kan ske på tlf.nr.: 39 13 46 00

Flextrafik/ Movia

70 26 27 27

Kirken

Præst Jakob Engelstad Nissen kan træffes på mail: jaen@km.dk

eller på tlf.nr.: 71 70 40 17

Dansk Blindesamfund

38 14 88 44

Din konsulent fra Dansk Blindesamfund

Joy Nowicki Pedersen

e-mail: joy.nowicki.pedersen@blind.dk

Tlf.nr.: 23 40 92 14

Telefontavle for Solgaven Valby

Solgaven Valbys hovednummer: 35 30 48 00

Forstander Bettina Routhe Wiegaard 24 42 03 45
Mail: b92c@kk.dk

Afdelingsleder Afdeling A 27 62 92 69
1. + 2. sal, Pia: 51 61 97 01
Mail: KR73@kk.dk

Afdelingsleder Afdeling B 21 34 75 76
3. + 4. sal, Christina: 51 61 97 03
Mail:

Afdelingsleder Afdeling C 27 62 92 63
5. + 6. sal, Birgith: 51 61 97 05
Mail: PV06@kk.dk

Mobility, Helle: 51 61 97 19
Mobility, Kirsten: 51 61 97 18

Aktivitet, Bente: 51 61 97 07
Aktivitet, Lotte/ Birgit: 51 61 97 25
Aktivitet, Tobie: 51 61 97 16
Aktivitet, Jane: 51 61 97 25

Køkkenet: ag3p@kk.dk 35 30 48 02
Daniel: 27 62 92 68
Kirsten Witte: 51 61 97 17

Lokalkontoret AKB KBH SYD

Telefonnummer: 36 30 37 07

Mailadresse: LK-AKBSYD@KAB-BOLIG.DK

Adresse: Sjøløv Boulevard 46, 2450 København SV

Åbningstider:

Mandag	08:30 – 10:30
Tirsdag	08:30 – 09:30
Onsdag	08:30 – 09:30
Torsdag	16:00 – 18:00
Fredag	08:30 – 09:30

Beboerrådets medlemmer på Solgaven Valby:

Formand: Rita Varmby bolig 510 – Tlf.nr.: 61 15 02 23

Næstformand: Lilian Bech bolig 217 – Tlf.nr.: 21 74 72 84

Medlem: Gerda Torbensen bolig 202

Medlem: Connie Jensen bolig 314 – Tlf.nr.: 25 61 05 11

Medlem: Bjarne Bryde bolig 415 – Tlf.nr.: 36 16 62 56 eller 51 81 62 56

Medlem: Laila Bennedsen bolig 505

Medlem: Anne Marie Aaskilde bolig 604 – Tlf.nr.: 26 19 65 21

Bestyrelsens medlemmer på Solgaven Valby:

Formand: Jannie Hammershøi (DBS)

Næstformand: Henrik Jensen (DBS)

Medlem: Rita Varmby

Medlem: Lilian Bech

Medarbejderrepræsentant: Bente Bak Brolev

Afdelingsbestyrelsen for AKB:

Formand: Peter Hansen 27 43 27 42

Medlemmer: Bjarne Bryde 22 19 42 38, Rita Varmby 61 15 02 23, Gitte Thygesen 30 68 81 11, Jacob

Repræsentantskabsmedlemmer: Peter Hansen, Inger Pedersen

Redaktion:

Du er meget velkommen til at komme med indlæg til avisen, kontakt aktivitetspersonalet, hvis du vil have noget i avisen.

HUSAVISEN PÅ MAIL

Kunne du som pårørende tænke dig at modtage husavis, aktivitetsplan, menuplan og nyhedsbreve på mail, så send besked til:

Li84@kk.dk

Skriv hvem du er, så vil du blive tilføjet på listen over pårørende

