

RYHOLTGÅRD NYT



Online
version

Oktober 2025

Husets informationer

Plejehjemmet Ryholtgård

82 32 52 00
Rymarksvej 23
2900 Hellerup

Køkken- og serviceleder

Ninna D. Badenholt
Mail: gi7j@kk.dk
Tlf: 82 32 52 60

Forstander

Teresa Rousing Oberländer
Tlf. 82 32 52 50
Mail: Fb4z@kk.dk

Afdelingsleder

Trine Treu-Willems
Mail: v71p@kk.dk
Tlf: 82 32 52 30

Frisør

Kristel Andersen
tirsdag kl. 10 – 17
tidsbestilling telefonisk
Tlf. 28 85 66 41
mobilePay: 26 81 77

Aktivitetsteam:

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

Indhold:

- s.3-4 Nyt fra Forstanderen
- s.5 Ledelsen (fotos)
- s.6 Navne Nyt
- s. 7 Om Teaterforestillingen
- ~~s.8-12 Div.fotos-grundet GDPR regler~~
- s. 8 Rickshaw Cykel
- s. 9 Vuggestue Besøg
- s. 10-13 Aktivitetskalender
- s. 14-15 Menu plan Oktober
- s. 16-17 Naturen
- s. 18 Dans
- s. 19 Gratis Koncerter i lokalområdet
- s. 20 Invitation til Efterårsfest

Bagsiden: På Plakaten

'Nu falmer skoven trindt om land, og fuglestemmen daler;

Alt flygted storken over strand, ham følge viltre svaler'.

Grundtvig, 1844

Kære beboere og pårørende,

Nu viser kalenderen at det er blevet efterår. Vi mærker, at luften er blevet køligere og ser at træernes blade er ved at skifte farve.

Tak for mange gode oplevelser hen over sommeren! Vi havde et brag af en musikfestival d. 13. august; solskinsvejr, god musik og dansende børnehavebørn. Vellykkede ture til Furesø Marina her i sensommeren. Det var en fornøjelse at tage imod de hjemvendte, der med lys i øjnene gav udtryk for en dejlig oplevelse. Ellers har september også budt på koncert med JazzTalk og teaterforestillingen 'Genklang', der som kunst gerne må gøre, gav anledning til undren og koncentration.

Tak for et godt og konstruktivt møde med jer pårørende d. 1. september. Tak for jeres skønne tilgang til et gode samarbejde omkring jeres kære.

D. 10. september havde vi besøg af det nye 'Ældretilsyn', (indført jf. den nye ældrelov) som ved stikprøve kan komme rundt på alle plejehjem. De tilsynsførende har til opgave at vurdere, om beboerne trives og hvordan vi arbejder med at sikre god helhedspleje, inddragelse mv. Vi kunne ikke have ønsket os en bedre tilbagemelding, og de vurderede 'god kvalitet' på alle parametre. Den skriftlige tilbagemelding vil som ved andre tilsyn blive offentliggjort. Vi arbejder løbende på at forbedre og udvikle Ryholtgård og det er dejligt når udefrakommende observerer den store indsats, som medarbejderne gør hver dag.

Vi er i valgår og d. 3. november er det muligt at brevstemme til kommunalvalget kl. 10-12 i multisalen eller fra egen bolig, hvis det er behovet.

Som altid vil alle beboere blive tilbudt vaccination for Covid19 og influenza. I år er det d.11. november kl. 9-11. Aftaler om evt. vaccination for lungebetændelse aftales særskilt med sygeplejerske og læge.

Inspireret af vores 'ishus-fredage' vil vi indføre 'fredagsbar' hen over efteråret og vinteren. I første omgang prøver vi det af hver den første fredag i måneden, hvor fredagen vil blive markeret med en skål og musik i spisestuerne, efter frokosten. Vi glæder os til efterårsfesten d. 8. oktober med beboerne. Læs mere i bladet om det s. 25 og om andre aktiviteter, der starter op igen. Sæt gerne kryds i kalenderen d. 3. december kl. 12.00, hvor vi holder julefrokost for beboere og pårørende.

De bedste hilsner
Teresa, Forstander



Ledelsen på Ryholtgård



Trine, afdelingsleder



Teresa, forstander



Ninna, køkken- og serviceleder



Navne Nyt udgår af Online-version pga. af GDPR-regler

GENKLANG

Teater forestillingen

d. 23.september havde god opbakning, og vakte både gode grin, fik en tåre frem i øjenkrogen mens andre igen slet ikke ku se mening med det hele---- i hvert fald en stor oplevelse..



Tak til Scenekunstudvalget der har støttet forestillingen



E. cyklede med sin søn og datter.

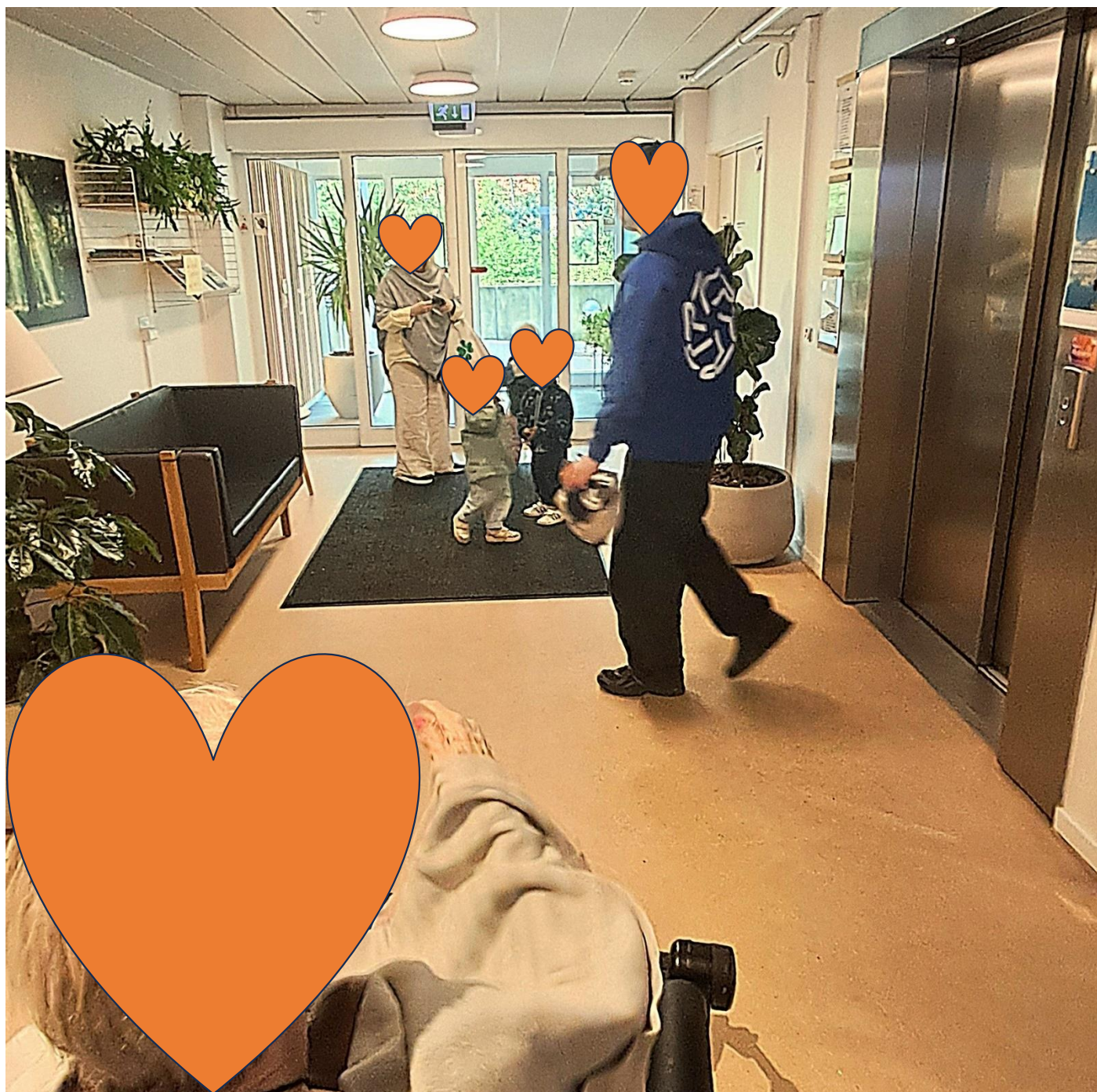
Rickshawcyklen kan i princippet lånes året rundt men kommer i kælderen i vintermånederne dvs. november- februar.

Lyn-kursus i Rickshaw brug/lån:

Skriv til Pia T på aq1m@kk.dk

El. ring 82325253 i dagtimerne

Grundet GDPR regler er ansigter dækket over med hjerter



Hej hej og på gensyn!!

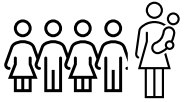
Vuggestuebørn fra Børnehusene ved Skoven besøger
en etage ad gangen hver onsdag.

Dog ikke onsdag d. 1.okt pga. ferie + 8.oktober hvor vi holder fest

Aktivitetskalender Oktober 2025

ons 1.okt Uge 40 Pia ferie		Ingen aktiviteter
Tor 2.okt Pia ferie  Dans	Kl 11 Kl 14-15	Stolegymnastik i Multisalen /Kirsten Dans! (indbudt hold) /Kirsten + frivillige
fre 3.okt Pia ferie	Kl 13.30	Fredagsbar i Multisalen /Kirsten
lør 4.okt		Ingen aktiviteter
søn 5.okt	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 6.okt Uge 41 Pia ferie	Kl 15:00-18 Kl 18:45	Wellness 1. sal /Kirsten Underholdning i stuen /Kirsten
tir 7.okt Pia ferie	Kl 15:00- 18 Kl 18:45	Wellness 3. sal /Kirsten Vi dækker borde til efterårsfesten /Kirsten
ons 8.okt Efterårs  Fest	Kl 12-14	EFTERÅRS FEST i Multisalen God mad - God Musik - Hygge >>>Læs mere side 20
tor 9.okt	kl 11:00 Kl 13:30-16 Kl 14:30 -16 Kl 19-20	Stolegymnastik i Multisal (lukket hold) /Kirsten Besøg i huset /Kirsten 1:1 Gåture i skoven med Pia og Solveig Klassisk Musik Aften på 2. sal Barenboim og Beethovens piano koncert nr 3 Dirigent Zubin Metha

fre 10.okt	Kl 11:00-12:30 Kl 13:30-14:30	1:1 aktiviteter /Pia Gåture i området, vi slutter af med kaffe/Pia
lør 11.okt		Ingen aktiviteter
søn 12.okt 	Kl 11 Kl 14:30	Morgenhygge m. musik på 3. sal /Pia Kaffe og Podcast Klub i Multisalen/Pia "Portræt" med Tore Leifer -om syngemester Siboni, Det Kgl. Teater og H.C. Andersen
man 13.okt Uge 42	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 14.okt	Kl 11:00 Kl 14:30 Kl 15:30 Kl 18:45	Stolegymnastik i Multisalen (fast hold) /Pia 1:1 aktiviteter /Pia Wellness 2. sal /Kirsten Oplæsning eller musik 3. sal /Kirsten
Ons 15.okt  Vuggestuen På besøg	Kl 9:45	Vuggestuen besøger 1.sal /Pia
tor 16.okt  Dans	Kl 11:00 Kl 14-15:00 Kl 15-17 Kl 19-19:50	Stolegymnastik i Multisal (lukket hold) /Kirsten DANS (indbudt hold) /Kirsten, Pia og frivillige Individuelle aktiviteter /Pia Klassisk Musik Aften på 2. sal stue Dvorak Cello Concerto: Anastasia Kobekina
fre 17.okt	Kl 10:00 Kl 15-16:00	Individuelt med Kirsten Besøg i huset
lør 18.okt		Ingen aktiviteter
søn 19.okt 	Kl 11 Kl 14:30	Morgenmusik på 3.sal Kaffe og fotoforedrag: Pia viser billeder fra Vietnam I Multisalen

man 20.okt Uge 43	Kl 11-12:30 Kl 15.00-17.30 Kl 18:45	1:1 aktiviteter/Pia Wellness 1. sal /Kirsten Underholdning i stuen /Kirsten
tir 21.okt 	Kl 11:00 Kl 14:30 Kl 15:30 Kl 18:45	Stolegymnastik i Multisalen (lukket hold) /Pia GUDESTJENESTE på 1. sal/evt. i haven Med præst + organist fra Lundehus Kirken Wellness 3. sal /Kirsten Oplæsning eller musik 2. sal/Kirsten
ons 22.okt  Vuggestuen På besøg	Kl 9:45 Kl 10-14:30 	Vuggestuen besøger stue etagen/Pia Bustur (indbudte beboere) /Kirsten + frivillige
Tor 23.okt  Dans	Kl 11 Kl 14-15 Kl 16-17:30 Kl 19-19:50	Stolegymnastik i Multisalen/Kirsten Dans! (indbudt hold) /Pia+ Kirsten + frivillige Individuelle aktiviteter /Pia Klassisk Musik på 2. sal stue <u>Alle</u> er velkomne/Pia
fre 24.okt	Kl 11:00 Kl 13:30-15	1:1 aktiviteter / Pia Gåture i området /Pia
lør 25.okt		Ingen aktiviteter
søn 26.okt VINTERTID 	Kl 11-12:30 Kl 14:30	1:1 aktiviteter /Pia Kaffe og Podcast Klub i Multisalen /Pia (Se opslag)
man 27.okt Uge 44	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 28. okt	Kl 11:00	Stolegymnastik i Multisalen /Pia

	Kl 15:30- 18 Kl 18:45	Wellness 2. sal /Kirsten Individuelt på 3. sal eller aftentur
ons 29.okt	Kl 9:45	Vuggestue besøg/Pia <i>Se Ugekalender på etagens opslagstavle mht. hvilken etage</i>
tor 30.okt  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 For stuens+1.& 2.sals beboere/Pia og Solveig En aften gåtur inden maden Banko med 3. sal /Pia
Fre 31.okt Halloween	Kl 10.00 Kl 14-16.00	Individuelle besøg /Kirsten Ture ud i haven

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



Podcast klub vender tilbage!



Ca. hver 2. søndag kan du sammen med andre lytte til forskellige podcasts (radioprogrammer) imens vi drikker en kop varm kakao/te.

Vi mødes i Multisalen kl 14:30

Kh Pia



Menuplan oktober



Dag	Dato	Hovedret	Forret/dessert
Onsdag	1	Biksemad m. spejlæg, ketchup, engelsksauce og rødbeder	Rabarberkage m. creme fraiche
Torsdag	2	Hakkebøf m. løg i skysauce hertil kartofler og asier	Koldskål m. kammerjunker
Fredag	3	Grønkålssuppe med sprængt nakke hertil rugbrød, sennep og syltet rødbede	Ananas m. cremesauce
Lørdag	4	Tarteletter m. skinke, ærter og gulerod	Toscakage m. flødeskum
Søndag	5	Ribbensteg med skysovs, kartofler og rødkål	Is med vafler
Mandag	6	Kartoffelporresuppe m. bacondrys og flutes	Chokoladekage m. flødeskum
Tirsdag	7	Millionbøf vegetarisk m. mos og syltede græskar	Æblegrød med mælk
Onsdag 	8	EFTERÅRSFEST I MULTISALEN FOR BEBOERNE (UDEN PÅRØRENDE)	Læs menu på side 25
Torsdag	9	Æggekage m. cocktailpølser, tomat og purløg	Frugtgrød m. sødmælk
Fredag	10	Fiskefrikadeller m. kold remouladesauce, kartofler og gulerods-hvidkålsråkost	Hyldebærsuppe med tvebakker
Lørdag	11	Ostindisk karryret med æbler og rosiner, kartofler og bønner	Gammeldags æblekage med ribsgele
Søndag	12	Kylling i dijonsovs, stegte kartofler og bagte cherrytomater med timian	Henkogt pære m. makronskum
Mandag	13	Græskarsuppe med linser og hytteost topping, solsikkekerner og flutes	Æbletærte m. flødeskum
Tirsdag	14	Fisk i fad med squash og rød peber hertil hvidvinssauce og kartofler	Brie m. vindruer og kiks
Onsdag	15	Højbelagt smørrebrød med æg, mayonnaise, karse og tomat samt frikadelle m. rødkål, agurkesalat og appelsin	Rabarberkage m. flødeskum
Torsdag	16	Brændende kærlighed med bacon, løg, selleri, gulerødder og rødbede	Belgisk vaffel m. syltetøj og flødeskum

Dag	Dato	Hovedret	Forret/dessert
Fredag	17	Kålgryde m. kartofler og grøntdryg	Hindbær-solbærgrød med sødmælk
Lørdag	18	Porretærte m. bacon hertil råkost m. fennikel vendt i dressing	Gammeldags æblekage m. flødeskum og ribsgele
Søndag	19	Brunkål m. flæsk, sennep, rødbede og rugbrød	Frugtcocktail med råcreme
Mandag	20	Oksekødssuppe m. kød-og melboller, urter og flutes	Is m. vafler
Tirsdag	21	Hjertemillionbøf m. svesker, mos og asier	Frugtgrød med sødmælk
Onsdag	22	Franskbrød med Gravad laks, asparges, tomat og rævesauce	Brie og danablue . druer og kiks
Torsdag	23	Kartoffelæggekage med rugbrød, bacon, tomat og purløg	Hyldebærssuppe med tvebakker
Fredag	24	Stegt fiskefilet med persillesovs, kartofler og gulerodsråkost med rosiner	Belgisk vaffel m. syltetøj og flødeskum
Lørdag	25	Farsbrød, skysauce, kartofler og agurkesalat	Æblegrød m. sødmælk
Søndag	26	Dampet laks m. dildsauce, kartofler og dampet rosenkål	Fersken med cremesovs
Mandag	27	Tomatsuppe m. kødboller og suppehorn hertil flutes	Chokoladekage m. flødeskum
Tirsdag	28	Irsk stuvning, kartofler, grøntdryg	Rabarbersuppe med flødeskum
Onsdag	29	Smørrebrød med æg, rejer, mayonnaise, kaviart, citron og karse	Vaniljeis med saftsovs
Torsdag	30	Gule ærter m. kogt medister, sennep, rødbede og rugbrød	Hindbær-solbærgrød med sødmælk
Fredag	31	Halloweenkylling med græskar, æble fennikel og tomater hertil kartofler og dampet broccoli	Æbletærte med flødeskum

Ret til overraskelser forbeholdes

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

Sæt X i kalenderen:



Julefrokost (MED pårørende)
afholdes onsdag d.3.december kl 12



Naturen om efteråret

Efteråret i naturen er præget af, at dyr og planter forbereder sig på vinteren: træerne skifter bladene til gule, røde og brune farver, dyr samler forråd og søger ly, og fugle trækker mod varmere lande, før frosten sætter ind.

I haven på Ryholtgård er rønnebærrene modne.

'Bærrene er sure, sagde ræven,
ikke kunne nå dem'



Naturen byder desuden på en rigdom af svampe og vilde råvarer, og efteråret er et perfekt tidspunkt at samle materialer til kreative projekter og tage en tur ud i parken bag ved Ryholtgård.



Der er fx mange spidsløntræer i nærmiljøet, bladene ligner ahorn.



- **Dyr og fugle:** Egern og mus samler nødder og frø, mens større dyr som grævlinger og pindsvin finder et lunt sted at gå i hi. Mange fuglearter flyver sydpå for at undgå den danske vinter, mens andre, som bogfinker, kan observeres i store flokke.



- **Svampe og vilde råvarer:** Jorden bugner af spiselige svampe og planter som havtorn, som kan samles og nydes.



Her ses Havtorn, som vokser langs kyster i sand og den tåler salt. Havtorn kan benyttes i madlavningen som fx i saft, marmelade, grød og sirup.

Gule kantareller er mums.





Danse hold på følgende datoer:

~~18.sept.kl 14~~ afholdt allerede

2. oktober kl 14

16.oktober kl 14

23.oktober kl 14

6.november kl 14

13.november kl

11.december kl 14

i multisalen

Kun i online-versionen:

Dans er en aktivitet der mest henvender sig til beboere der ofte afviser at deltage i motion el. andre aktiviteter.

Af samme grund inviteres man til at deltage, da vores kapacitet kan svinge lidt, alt efter hvor mange frivillige/ansatte der kan være med.

Gratis koncerter i lokalområdet: **(OBS!)** Læs nederst på siden)



Grundtvigs Kirke **(OBS!)** Læs nederst på siden)

Koncert med Greve Symfoniorkester søndag den 5. oktober

Greve Harmoniorkester gæster Grundtvigs Kirke og spiller koncert med alt solobasunist Devid Ceste fra Italien. Der vil blive spillet musik af Johan de Meij: T-bone concerto og UFO concerto med mere.

Det er kl. 15:00-16:00 og der er fri entré. Alle er velkomne.



Lundehus Kirke: **(OBS!)** Læs nederst på siden)



Koncert med Duo Russo/Holst

📅 Lørdag 4. oktober 2025, kl. 15:00

📍 Lundehus Kirke

👤 Jeppe Holst (7-strengt guitar) og Paolo Russo (bandoneon & klaver)

🎫 Gratis adgang



Koncert: Naturtrompet og orgel

📅 Søndag 19. oktober 2025, kl. 15:00 - 16:00

📍 Taksigelseskirken

👤 Justin Bland, naturtrompet og Karsten Gylendendorf, orgel

🎫 Gratis

OBS! Ovenstående koncerter er ment som inspiration til pårørende og beboere.

Ryholtgård arrangerer ikke transport til ovenstående koncerter. OBS!



Beboerfest i Multisalen



Tilmelding ikke nødvendigt

8.oktober kl.12-14

Hovedret:

Marineret culottesteg, fløde kartofler,
broccolisalat m. bacon, tranebær og
solsikkekerner

Dessert:

Vanilje parfait, m. brombær

Hertil serveres øl & vin (m. og u. alkohol) samt sodavand

Dansemusik:



Kom og vær med!

På plakaten:



8.oktober Beboerfest i Multisalen

Læs side 20



21.oktober Gudstjeneste

**med præst Julie Damlund og organist
Martin Seier**



22.okt Bustur Invitationer deles ud



30 oktober Bankospil på forskellige etager

Se i Aktivitetskalenderen