

HUSAVISEN

Nybodergården



Januar-Februar

Duften af jul på Nybodergården

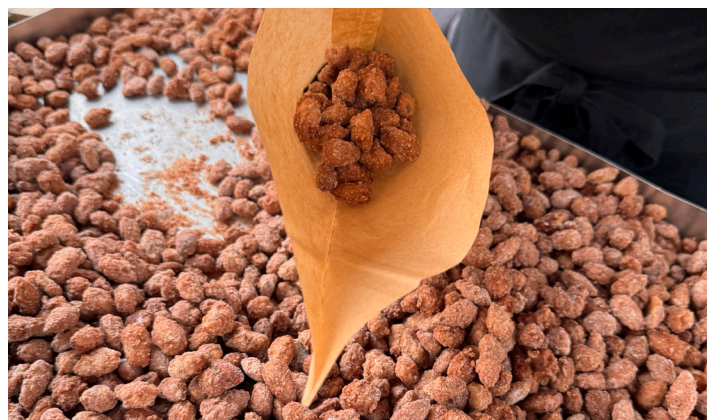


Onsdag den 26. november åbnede vi officielt julesæsonen på Nybodergården – og det gjorde vi på den mest stemningsfulde måde: med duften af brændte mandler. En mandelvogn rullede ind på plejehjemmet, og snart bredte den velkendte, varme duft sig i og omkring huset.

Netop i juletiden spiller dufte en helt særlig rolle. Mange af os forbinder bestemte dufte med minder fra barndommen og tidligere juleaftener – og få dufte rammer julestemningen så præcist som brændte mandler. Måske var det netop derfor, at flere beboere lod sig lokke af duften og fandt vej

ned til vognen, hvor de kunne hente en pose lune mandler og tage hul på julens smage. Samtidig var julepynten netop kommet op, og kombinationen af lys, dekorationer og den søde mandelduft gjorde, at julen for alvor rykkede ind på Nybodergården. Der blev smagt, snakket og smilet – og for mange vakte duften genkendelse, minder og en følelse af forventning.

Julens dufte har en særlig evne til at skabe nærvær og vække sanserne. Hvor vinteren ellers kan være stille og duftfattig, træder de varme juledufte tydeligt frem og fylder rummet – og sindet. Her blev det denne dag helt konkret, da brændte mandler blev startskuddet til endnu en hyggelig julesæson.



2 Nyttige oplysninger

Telefonnumre til ansatte

Hovednr./omstillingen Nybodergården	3317 6000
Forstander	3317 6008
Kontorfunktionær: mandag og torsdag	3317 6001
1. sal	3317 6010
2. sal	3317 6020
Afdelingssygeplejerske	3317 6029
Ledende økonom	3317 6003
Teknisk medarbejder	5161 9731
Kultur- & Frivilligkoordinator	3317 6005

EAN: 5798 009 2830 30

Ved indflytning

Henvendelse til den pågældende afdelingssygeplejerske, hvor beboeren skal flytte ind.

Ved dødsfald

Se udflytningsproceduren. Eller kontakt afdelingssygeplejersken eller kontoret i åbningstiden.

Vil du tale med en præst?

Præster tilknyttet Nybodergården

Peter Thyssen, Holmens Kirke 2222 7198

e-mail: thyssen@holmenskirke.dk

Marie Ørgaard, Holmens Kirke 2382 8291

e-mail: mo@km.dk

Jacob Ørsted, Garnisons Kirke 3031 0678

e-mail: jo@km.dk

Mikkel Wold, Frederiks Kirke 3312 0012

e-mail: mikkel-wold@marmorkirken.dk

Susanne Skovhus, Frdreriks Kirke 2367 4237

e-mail: sus@km.dk

Kære Alle i Nybodergården,

Et nyt år 2026 tager sin begyndelse om få dage. Året 2025 har været endnu et begivenhedsrigt år med mange dejlige og hyggelige stunder i Nybodergården. Julen har vi ligeledes fejret med bl.a. mandelkøgeri, Søværnets tamburkorps 1. søndag i Advent efterfulgt af sanger og pianist, julefrokost, juleteater, pakkeleg, julebanko, sangkor, Luciabørnene fra Garnisons børnehave og meget mere. Juleaftensdag havde vi vores Julegudstjeneste kl. 11.00 i Caféen v. Holmens Kirke, hvor vi ønskede glædelig jul.

I november og december måneder har vi gennemlevet forbedringstiltag i huset, hvor håndværkere har givet lyd dagligt. Vi er tæt ved at være i mål med årets forbedringer. Mandag den 5. januar 2026 begynder malerarbejdet i fællesarealet i plejeafdelingerne mm. Den 15. januar modtager vi nye møbler til huset. De nye sofaer er lidt forsinket fra fabrikken; hvorfor de ankommer lidt senere end borde og stole.

I løbet af januar vil vi lave en afstemning og valg af nye bille-

der til Caféen. Der skal opsættes 4 store akustikbilleder; som vi skal have valgt billeder til. Akustikbillederne er 150x150 cm. Vi har yderligere tre malerier, der skal sættes op igen. Malerierne har tidligere siddet på væggene i Caféen. Det nye år byder på mere forskønnelse, som boligselskabet står for at sætte i gang. Vi afventer derfor en melding fra dem efter nytår.

Januar den 16. holder vi vores årlige Nytårsarrangement i Caféen om eftermiddagen. Igen i år byder vi det nye år velkommen til blide jazztoner, hvor pårørende og frivillige er meget velkommen. Nytårsarrangementet er gratis. Onsdag den 28. januar har vi Nytårsbrunch i Caféen med champagne for beboerne og den 4. februar har vi et aftenarrangement med fællesspisning i Caféen, hvor pårørende og frivillige er meget velkommen. Fællesspisningen er gratis, og når tiden nærmere sig ønsker vi tilmelding til arrangementet. Menuen er endnu ikke besluttet, men meldes ud ved mulighed for tilmeldingen.

I det nye år arbejder vi fortsat med bl.a. hverdagslivet og fællesskaber. Det første initiativ

4 Nyt fra forstanderen

er, at der oprettes for beboerne en madklub eller måske to, man kan ønske at være en del af. I løbet af januar måned vil vi etablere klubberne. Tanken er, at madklubben mødes ca. en gang om måneden. Nybodergården modtager projektmidler fra Sundheds- og omsorgsforvaltningen i 2026 til oprettelse af madklubber i dette budgetår. Personalet arbejder videre ind i det nye år med tværfaglige teams og et fælles fagligt sprog med afsæt i borgerens stemme. Derudover vil der også være særlige faglige forløb, som personalet deltager i.

Vi arbejder naturligvis videre med Ældrereformen og er spændte på vores styrkede samarbejde med Regionen jf. Sundhedsreformen.

Brugerundersøgelsen (BRUS) foreligger; og vi vil som de andre år være i dialog med beboere og pårørende og være nysgerrige i nuancerne i undersøgelsen. I starten af februar vil beboerne blive inviteret til Beboerforum og i april vil vi invitere til beboer- og pårørendemøde. Brugerundersøgelsen vil være fysisk tilgængelig i plejeafdelingerne i uge 2.

Mange hilsner
Jette



Kære besøgende

Efterår og vinter betyder sæson for luftvejsinfektioner. Mange bliver vaccineret, men der er stadig brug for, at vi passer på hinanden.



Gode råd – om at forebygge smitte

- **God håndhygiejne** – vask eller sprit dine hænder, når du kommer ind og når du går ud
- **Bliv hjemme** - hvis du er syg eller har symptomer på en smitsom luftvejsinfektion
- **Host og nys** – helst i albuebøjningen eller ærmet
- **Luft ud** – regelmæssig udluftning forebygger smitte.



Æblehygge med smag af efterår



I begyndelsen af november havde vi fornøjelsen af at få besøg af husholdningslærerinde Eline, som medbragte en stor portion danske æbler og masser af inspiration. Sammen skabte vi en hyggelig og stemningsfuld dag fyldt med duft, smag og ægte efterårsstemning. Der blev lavet lun æblegrød med flødeskum, presset frisk æblemest, og snakken gik lystigt om æbler – deres smag, anvendelse og minder forbundet med efteråret. Beboerne bakkede op i stor stil og deltog aktivt i forberedelserne, hvor der blev skrallet, mostet og pisket flødeskum til den store

guldmedalje. Engagementet var smittende, og både hænder og sanser kom i brug.

Man kunne kigge forbi for en snak og en smagsprøve – eller tage del i arbejdet omkring bordene. Fælles for alle var den gode stemning og glæden ved at gøre noget sammen.

Det blev en dejlig stund med nærvær, fællesskab og ægte efterårshygge



Musik med OPSANG



Den 31.10 fik vi besøg af Sara Futtrup og Anna Kruse fra duoen OPSANG, som dykker ned i den danske sangskat med klaver, klarinet og melodika i smukke tostemmige arrangementer, der inviterer til fællessang. OPSANG er dannet på baggrund af en donation fra TRYGFonden som går til at fremme mental trivsel blandt ældre på plejehjem ved at skabe glæde og nærvær gennem sang. Ambitionen er at besøge 3.000 ældre mennesker på 43 plejehjem rundt omkring på Sjælland og Lolland-Falster. Sara og Anna er meget optaget af kraften i

fællessangen. Om den siger de: ”Når vi synger sammen – hører vi sammen. Der er brug for hvert et næb, her kan man komme med lille, stor smuk eller brummende stemme. Vi lægger sangene i tilpas toneleje, så vi ikke lyder som kværkede kalkuner. 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!” Anna Kruse og Sara Futtrup, har siden 2020 har spillet ca. 250 fællessangs-koncerter på plejehjem og aktivitetscentre i samarbejde med Trygfonden, Ældresagen, Kunststyrelsen, Velliv og lokalråd

I vores smukke rammer i Nybo-dergårdens café-område havde vi en skøn formiddag med sang og musik, og igen var der, udover publikummet i stuen, også masser at lyttere fordelt på afdelingerne – med loge-pladser kunne man fristes til at skrive.

Juletræstænding 1. søndag i advent 2025



Julesæsonen blev traditionen tro skudt smukt i gang 1. søndag i advent med vores årlige juletræstænding – en begivenhed, vi ser frem til hvert eneste år. Som altid indledte Søværnets Tamburkorps dagen med en stemningsfuld optræden og fyldte området med kendte og elskede julemelodier. Efterfølgende blev der budt på gløgg og æbleskiver, som dannede den perfekte ramme om den hyggelige eftermiddag.

Den traditionsrige juletræstænding, arrangeret i samarbejde med Holmens Kirke, samlede igen i år mange beboere og naboer fra lokalområdet, som talstærkt mødte op for at tage del i fejringen. Juletræet, som i år var placeret på Eidsvoll Plads, blev tændt under ledsagelse af Søværnets Tamburkorps, mens børnene

dansede om træet og skabte ægte julestemning.

Kirkens provst, Birgitte Kvist Poulsen, holdt årets tale, som på fineste vis satte ord på både fællesskab, tradition og forventningens glæde i adventstiden.



Efter selve juletræstændingen fortsatte hyggen, da mange fandt vej ind i caféen til mere gløgg og æbleskiver, mens musikalsk underholdning sørgede for en varm og festlig stemning. For beboerne på Nybodergården er besøget af Søværnets Tamburkorps altid noget helt særligt. Det er et stort privilegium at få besøg af det professionelle korps, og vi sender en stor og hjertelig tak til Søværnet for endnu engang at være med til at gøre dagen mindeværdig.

Efter tamburkorpsets afgang fortsatte traditionerne, da en sanger og pianist fra Holmens Kirke sang julen ind i huset. Med smukke julesange og salmer rundede de dagen af på fornem vis. Denne musikalske julegave sætter vi stor pris på,



og vi vil gerne rette en varm tak til Holmens Kirke for endnu en vidunderlig oplevelse.



Julepynt og småkager i caféen



Onsdag den 4. december sumede caféen på Nybodergården af julestemning, kreativitet og duften af småkager, da beboerne var inviteret til julehygge med pynt og bagværk. Det blev en smadderhyggelig dag med stor tilslutning, hvor mange beboere lagde vejen forbi og deltog i de kreative aktiviteter.

Saks, papir, piberensere og glitrende detaljer fandt hurtigt vej til bordene, og der blev fremstillet masser af fin julepynt, som nu er med til at sprede julestemning rundt om

kring i huset. Julestjerner var særlig populære og gav anledning til både kreativ fordybelse og gode grin.

Til dagens arrangement var vi så heldige at få hjælp fra Åse fra 2. sal og hyggen blev fuldt med friskbagte småkager, de første pebernødder og en velvalgt julespilleliste, der dannede det perfekte lydteppe til en eftermiddag fyldt med samvær og juleglæde.

Alt i alt blev det en dejlig decemberdag, hvor fællesskab, kreativitet og jul gik op i en højere enhed

Gensyn med juleteater på Nybodergården

I begyndelsen af december havde vi igen i år glæden af at få besøg af Teater V fra Valby, som opførte det stemningsfulde juleteaterstykke Julen har bagt på Nybodergården. Julen har bagt er en nostalgisk, musikalsk forestilling, der tager publikum med tilbage til 1930'ernes Danmark. Her møder vi to søstre, som arbejder som kokkepiger hos et herskab, og gennem juleanekdoter, sang og fortælling inviterer de publikum med ind i en varm og genkendelig julestemning. Undervejs synges der et

udvalg af kendte og elskede danske julesange, som publikum naturligvis blev inviteret til at synge med på. Forestillingen er skabt med ønsket om at bringe teatret helt tæt på – til de mennesker, som ikke længere selv har mulighed for at opsøge de traditionelle teaterscener. Som en ekstra hyggelig detalje indgik det i forestillingen, at der blev delt brunkager ud til publikum, hvilket vakte stor glæde og satte prikken over i'et på en allerede vellykket formiddag.



Musik til alle tider – musikbesøg den 8. december



Mandag den 8. december fik Nybodergården besøg af Musik Til Alle Tider, som leverede en nærværende og stemningsfuld musikoplevelse særligt tilpasset plejehjemsbeboere.

Koncerterne blev spillet af Benjamin Aggerbæk, guitarist og sanger, som med sin åbne, smilende facon hurtigt vandt beboernes hjerter. Benjamin er opvokset med musikken fra de gamle swingere og lod inspirationen fra navne som Louis Armstrong, Otto Brandenburg, Leo Mathisen og Ella Fitzgerald skinne tydeligt igennem.

Hans spil fremkaldte både smil, genkendelse og vuggende fødder rundt omkring i afdelingerne.

Som noget helt særligt blev der denne dag afholdt to koncerter, én i hver afdeling, så så mange beboere som muligt kunne være med. Begge koncerter begyndte på fineste vis, da Benjamin gik en tur rundt i afdelingen med guitaren, mens han spillede og sang – en indbydende og uformel måde at invitere både beboere og personale med til musik og hygge. Musik Til Alle Tider arbejder med musikere, der er uddannet i plejehjemsvenlig adfærd, og det kunne tydeligt mærkes i den rolige, respektfulde og nærværende tilgang, som prægede hele besøget. Repertoiret tog udgangspunkt i kendte og elskede melodier fra blandt andet den danske sangskat og swingmusikken, og stemningen var varm og inkluderende. Det blev en dejlig dag fyldt med musik, nærvær og fælles glæde

Luciaoptog på Nybodergården



Fredag den 12. december blev Nybodergården igen fyldt med lys, sang og forventningsfulde stemmer, da vi havde besøg af børnene fra Garnisonskirkens Børnehaven på Sankt Annæ Plads. Det er et samarbejde, vi har haft glæde af gennem flere år, og Luciaoptøget er efterhånden blevet en kær og fast tradition i december.

Børnene ankom om formiddagen, tydeligt spændte og klar til at sprede julestemning. Gangene blev dæmpet for lys, så lucialysene rigtig kunne komme til deres ret, og optøget bevægede sig stille og roligt gennem huset.

Forrest gik Lucia med lys i håret, efterfulgt af de øvrige børn, som sang de velkendte luciasange.

Som en fin detalje gik Johnny bagerst i optøget og akkompagnerede børnene på guitar, hvilket gav optøget en rolig og sammenhængende rytme. Beboerne tog imod med smil, nærvær og stor glæde, og mange fulgte optøget med både sang og blanke øjne. Luciaoptøget er uden tvivl en af de traditioner, der betyder meget for både beboere og personale – og som vi med stor glæde ser frem til at gentage igen næste år

Januar/Februar

- 13. januar** Fernisering af udstillingen 'Cruseduller' med Kirsten Cruse fra Rosenborgcentret **kl. 12:30**
- 16. januar** Nytårsarrangement i Caféen m. Copenhagen Jazz Trio **kl. 13:30**
- 21. januar** Gudstjeneste i Konferencen **kl. 13:30**
(efterfølgende gudstjenester vil blive annonceret på senere tidspunkt)
- 28. januar** Nytårsbrunch i caféen **kl. 9:30**
- 30. januar** Promenadeorkesterets Trio i caféen **kl. 13:30**
- 4. februar** Fællesspisning i Caféen **kl. 17:30**
- 11. februar** Bustur lysfestival **kl. 16:30**
- 27. februar** Promenadeorkesterets Trio i caféen **kl. 13:30**

Fødselsdage i november og december

Januar

1. sal

d. 18 Anna Marie, 94 år

d. 29 Inge-Merete, 81 år



2. sal

d. 8 Hans, 92 år

d. 25 Ingeborg, 88 år



Februar

1. sal

d. 24 Peter, 73 år



2. sal

d. 3 Carl, 97 år

d. 9 Max, 87 år

d. 13 Margit, 87 år

d. 16 Marianne, 86 år

d. 15 Ellen-Margrethe, 86 år

d. 24 Bent Ole, 95 år



Nybodergården byder velkommen til...

2. sal

Randi



Vi har taget afsked med:

2. sal

Agnes

Claus

Pier

Menuplan januar 2026

Aften Menuplan Januar 2026

Tors.1 /1	Forloren skildpadde, ½ æg og flute	Islagkage
Fre. 2/1	Kogt spidsbryst, caperssovs, kartofler og gulerødderl	Kalvekødssuppe m. boller / urter
Lør. 3/1	Kinesisk risret, ris og chutney	Citronfromage m. skum
Søn. 4/1	Kalkun cuvette, skysovs, kartofler og waldorf	Cheesecake med abrikos
Man. 5/1	Græsk farsbrød, skysovs, båd kartofler og tzaziki	Sveskegrød m. mælk og flød
Tirs. 6/1	Paneret flæsk m/ kartofler, løgsovs & gulerødder	Kærnemælkssuppe m. rosiner
Ons.7/1	Fiskefrikadeller, kartofler, persillesovs, råkost	Kirsebærgelerand m. råcreme
Tors.8/1	Grønsagsmossaka, flute og majs	Hytteostdessert
Fre. 9/1	Stegt lever m. bløde løg, løgsovs, kartofler og surt	Minestroneuppe
Lør. 10/1	Rødvinsmarineret kam, skysovs, kartofler, rosenkål	Romfromage
Søn. 11/1	Thaikyllingegryde m. løse ris og broccoli	Fløderand med hindbærsovs
Man. 12/1	Wienerpølser, varm kartoffelsalat, sennep og ketchup	Rødgrød m mælk & fløde
Tirs. 13/1	Krebinetter m/ kartofler & stuvet hvidkål	Laksesnitte med rævesovs
Ons. 14/1	Fiskefilet, remouladesovs, kartofler, råkost og citronbåd	Øllebrød m. flødeskum
Tors. 15/1	Porretærte m. salat og dressing	Hindbærmousse m / flødetop
Fre. 16/1	Stegt kylling, skysovs, kartofler og agurkesalat	Kartoffel/porresuppe m. bacon
Lør. 17/1	Glaseret skinke, stuvet spinat og brunede kartofler	Valnøddefromage
Søn.18/1	Mørbradbøf, champignonsovs, brasede kartofler, surt	Æblekage
Man. 19/1	Stegt medister m/ kartofler, skysovs & rødkål	Thaisuppe med kylling
Tirs. 20/1	Skipperlabsskovs, rugbrød, rødbeder, purløg og smør	Pandekager med syltetøj
Ons. 21/1	Frikadeller m. stuvet blomkål, kartofler og persilledrys	Hyldebærsuppe m. tvebakker
Tor. 22/1	Æggekage m. purløg, tomat, bacon og rugbrød	Jordbægrød m. mælk og fløde
Fre. 23/1	Hvidfisk m. crunch, hollandaisesovs, kartofler ,gulerødder	Blommetærte m. skum
Lør. 24/1	Husarsteg, skysovs, kartofler og krøbling	Chokolademousse
Søn. 25/1	Korma kylling, basmati ris og broccoli	Is m. marengs
Man. 26/1	Bøf Lindstrøm, bearnaise, kartofler og bønner	Tunmousse med kuvertbrød
Tirs. 27/1	Irsk stuvning, rugbrød, rødbeder og persillesmør, rødbeder	Ribs/solbægrød m. mælk, fløde
Ons.28/1	Boller i karry, løse ris, ærter	Blåbærsuppe med skum
Tor. 29/1	Guleærter, sprængt flæsk, medister, rugbrød, sennep	Æbleskiver m. syltetøj
Fre. 30/1	Grønsagsfrikadeller, paprikasovs, kartoffelbåde og majs	Budding med saftsovs
Lør. 31/1	Kyllingelasagne, salat, flute og dressing	Rabarberkage

Deadline for bidrag til næste Husavis er d. 20. december.