

Bonderupgård Tidende

Marts 2026



Læs i dette nummer *Hygge fra Afdelingerne*

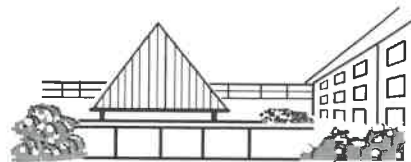
Aktivitets- og Plejecentret Bonderupgård

Randbølvej 59 -61 - Skibelundvej 4

2720 Vanløse

Telefon: 8232 5300

www.bonderupgaard.kk.dk



Der er direkte telefonnumre til nedennævnte afdelinger:

Forstander Lilia Winther Touzinska	41274139
Kontoret, Daniella Knudsen	82325399
Kontoret, Susanne Ziegler	82325301
Ansvarshavende Aften	82325365
Ansvarshavende Nat	82325360
Aktivitetscentret	82325371
Fysioterapi	82325342
Randbølvej stuen	82325325
Randbølvej 1. sal	82325326
Randbølvej 2. sal	82325327
Skibelundvej stuen	82325328
Skibelundvej 1. sal	82325329
Skibelundvej 2. sal	82325320
Køkken	82325340

Frisør kun mandag	28552340
Fodpleje efter aftale	25133131

Vi henstiller til de pårørende m.fl. at benytte de direkte numre.

Bonderupgårds Bestyrelse

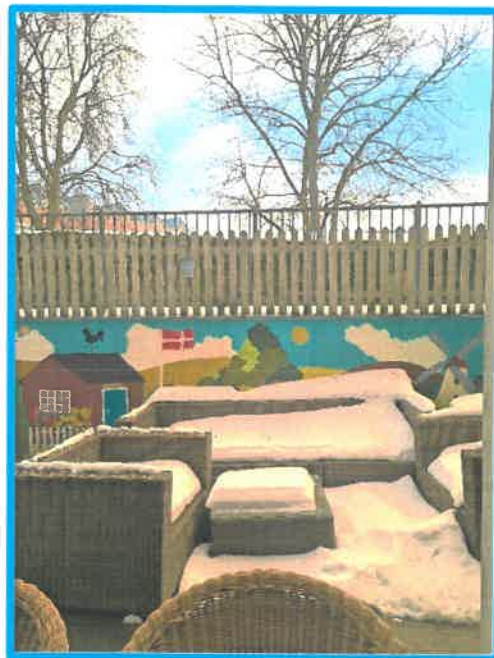
Formand Erik Meier Andersen
Næstformand Tine Vængtoft Kristensen
Bestyrelsesmedlem Hanne Larsen
Bestyrelsesmedlem Hanne Korsgaard
Bestyrelsesmedlem Anni Linnemann Brodersen
Bestyrelsesmedlem Kirsten Holmgaard

Næste bestyrelsesmøde vil blive afholdt mandag 9. marts 2026 kl. 15.30.

Marts måned hvad skal der ske...

Foråret er på vej og i slutningen af marts skal urene sættes en time frem. - Det sker natten mellem lørdag d. 28. og søndag d. 29. marts. Om vi også kan regne med at sneen på havemøblerne (billedet nedenunder) i kolonihaven forsvinder, vides ikke. Sneen har ligget længe, den lyser op, men har også været til besvær, dette er nok en vinter, der vil bliver husket.

Vi glæder os til et dejligt forår med blomster i haven, masser af frisk luft og busture.



Lilia



FØDSELSDAG I MARTS



02. Marts	Hans Nebel	95 år	bolig 115
05. Marts	Else Nørgaard Nebel	91 år	bolig 115
17. Marts	Jens Aage Hansen	94 år	bolig 118
25. Marts	Hanne Elisabeth Ø. Kaas	67 år	bolig 202
26. Marts	Brita Kristiansen	89 år	bolig 14
27. Marts	Torben Christian F. Larsen	73 år	bolig 215

Gudstjenester i marts (i træningssalen)



Onsdag d. 4. marts kl. 13.00-13.30
Med Ulla Toft fra Grøndalskirken

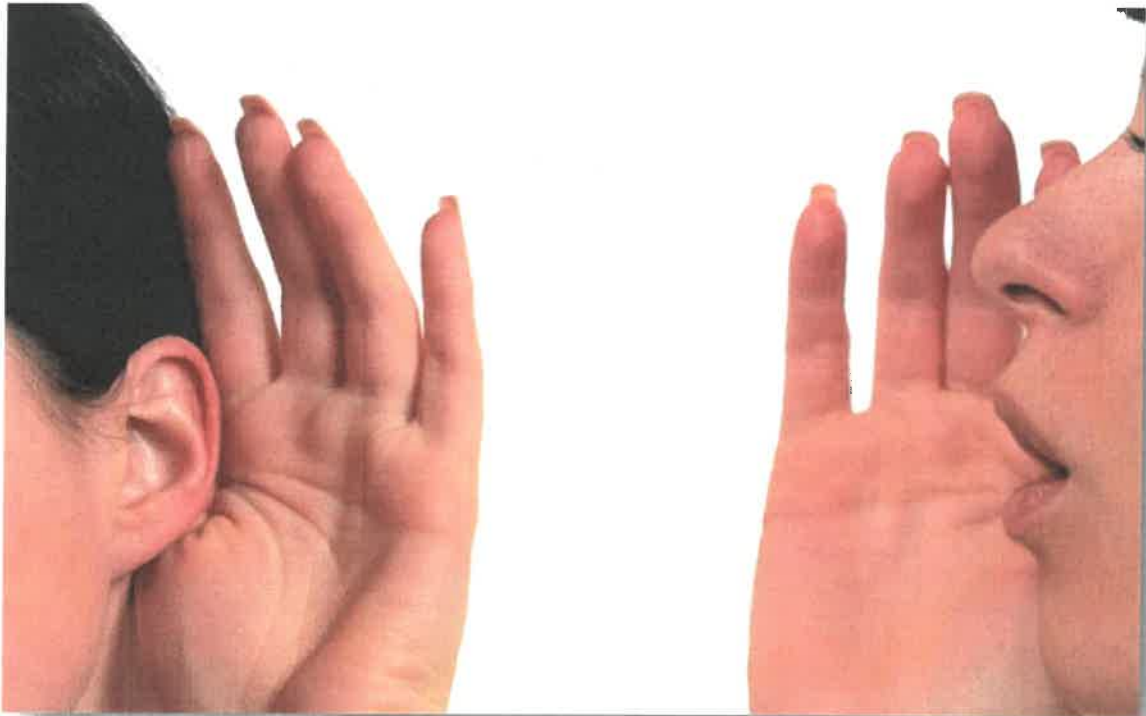


Onsdag d. 25. marts kl. 13.00-13.30
Med Erik Meier fra Adventskirken

Velkommen til
Vladyslav Yehorov
Olena Yehorova
Mohammed Salem
Anna Sofie Stort Hansen

Hørevanskeligheder for medlemmer og beboere

Har du brug for service af dit høreapparat



Vores hørevejleder Anja Lydeking har fået bevilget orlov, og det har ikke været muligt for hørecenteret at finde en vikar endnu.

Vi prøver at finde ud af hvor mange der har et stort behov for hjælp til deres høreapparat, så henvend dig til aktivitetscenteret, så vi ser hvad vi kan finde ud af.

OBS: der var 5 der deltog. Der må gerne være flere denne gang, måske er der nogle der kan hjælpe hinanden 😊

		LANGS		PAR- KERING	NUVÆ- RENDE		FØR P PAR- TIKEL		LE- GEMS- DEL	AF- FALD		KÆR- TEGNE	RÆD- SEL	TON				
BLÆK- SU- GENDE ARK									PIBE- RYGER- INDKØB	1								
BRÆT- SPIL			2		CAPONE				KNÆG- TER					GØD- NING			3	
		GRØNT LAG PÅ KOBBER							BIORD			ELEN- DIGT		TALORD	4			
		OG ADAM OG ...					IKKE SYD					BJÆF- FE	STED- ORD					
				LØV- TRÆ	MØBEL									STONE			UNDER- VIS- NING	
								+2	RÆKKE			BE- LØNNE					5	
		SLIDE			CYKEL- DEL				HVIS	6		SPOT OG ...	BØGE TYNDE LYS					
		TRØJE			LET	7			MEDE		8			STÆV- NE				SKIK- KELSE
		LØD KRUM LINJE							BLUSSE					GJAL- DEDE				
Ø OG A	9													DREN- GE- NAVN				
MUSIK- INSTRUMENT						UD- HOL- DENDE	LABAN LILLE DYR							FYN		ANTAL		
GRØNSAG														ØDE- LAGT		IKKE TUNG		
AF- HÆN- GIGE					BYG- NINGS- DEL							ARLE IKKE NED						
								METER		PADLET					STRUDS			
HARD								GRAM										
		10				11						FNY- SER						12

Aflever din løsning senest den. 25 marts 2026. Blandet de bedste løsninger trækkes lod om en flaske vin (man kan deltage i lodtrækning, hvis de fleste felter er udfyldt.)

Nøgleord: _____

Gættet af: _____

Bolig: _____



Artikel skrevet af Canan

En hverdag med smil, fart på gangen og store maver

Jeg starter interviewet med at spørge: *"Hvem er du, Torben?"*

Han ser på mig med et smil og et glimt i øjet og svarer uden tøven:

"Åh, jeg er et vildt menneske. Knald i låget. Ja... jeg er knald i låget. Jeg er skør."

Livsglæde på plejehjemmet

Torben har boet på Bonderupgård Plejecenter i cirka 6 år, og han er ikke i tvivl om, hvordan han har det

med at bo her:

"Der er ikke noget bedre end Bonderupgård," siger han med et smil.

Hans livsmotto er enkelt og livsbekræftende:

"Spis, æd og vær glad."

Samvær og gode samtaler

Torben trives godt i hverdagen og nyder især det sociale samvær.

Han holder meget af gode samtaler og sætter pris på venlige og imødekommende mennesker omkring sig. Han har fået venner på afdelingen og nyder fællesskabet med både beboere og personale.

Motion, sol og små ture

Når vejret tillader det, sidder Torben gerne i solen og slapper af. Han sørger også for at få motion i hverdagen – blandt andet ved at gå eller køre frem og tilbage på gangen med sin elektrisk kørestol.

Som han selv siger med et grin:

"Jeg ræser op ad gangen!"

Han deltager også i højtlesning, som personalet arrangerer, og indimellem kommer han med ud på små køreture.

Familie og besøg

Familien betyder meget for Torben. Han har en datter og et barnebarn, som besøger ham ind imellem, og det glæder ham altid.

Når tingene fungerer

Torben kan godt lide, når der er styr på tingene – det er vigtigt for ham og for hans hverdag. Han fortæller, at når *"systemet fungerer"* og *"tingene virker"*, giver det ham ro og tryghed i hverdagen.

Der er for nylig kommet nye medarbejdere, og selvom han stadig er ved at lære alle navnene at kende, fortæller han, at de er **rigtig søde og imødekommende**.

Teamkordinator Freja, skal på barsel, og hende kommer Torben til at savne – ikke mindst

hendes store mave, som han har fulgt med et smil og humor. Han ønsker hende alt det bedste og glæder sig til at se hende igen, når hun vender tilbage.

Hvad siger personalet?

Jeg var også lige inde og spørge personalet, hvad de synes om Torben og afdelingen. Og nu skal I høre, hvad de sagde:

De sagde, at han er en stille mand, men også rigtig sød og kærlig – og meget vellidt på afdelingen.

Men... de sagde også, at han godt kan være en hidsigprop. Eller... han **kan blive** en hidsigprop, hvis noget ikke lige går, som han synes det skal.

Da jeg spurgte Torben, om han kunne genkende noget af det, svarede han først:

"Ikke en skid!"

– hvorefter han begyndte at grine og sagde:

"Ej... jo, det kan jeg godt kende."

Et liv før plejehjemmet

Når Torben ser tilbage på sit liv, fortæller han om en barndom med en streng mor og en sød far. Han er mellembroder og beskriver sin storebror som sød og sin lillebror som lidt mere udfordrende.

Tidligere arbejdede han som maskinmester, og i sin fritid spillede han håndbold – noget han husker med glæde, især følelsen af at score mål og være en del af et hold.

Ønsket for verden

Torben taler åbent, roligt og med humor om livets sene fase og har ét stort ønske:

"fred i verden".

En hverdag med mening

Alt i alt er Torbens hverdag præget af tryghed, bevægelse, fællesskab og gode grin – og hans positive livssyn smitter på dem omkring ham.



"Spis, æd og vær glad."



Skib stuen Februar.

Anni og Inga
var på tur til
Rødovre
centeret og
shoppe og får
lidt varm
kakao
sammen med
Emil og Lisa.



Dorte stå og
holder vores
gravhund Bertil,
han er en rigtig
lille charmetrold
som tit er inde og
besøge os i skib
stuen.



Bertil og Mansa er to af huset
hunde som i kan møde løbe
rundt omkring i huset eller
haven, de er altid klar til lidt
nus og en godbid.



Mansa har
fået lokket
Brita til at
nusse ham



SHOPPING TUR TIL MALMÖ MED SKIB 1 🇸🇪



"VI HAVDE EN SKØN TUR TIL MALMÖ, HVOR VI
KASTEDE OS OVER SVENSK SLIK OG
CHOKOLADE OG TESTEDE BÅDE PÅRE- OG
HINDBÆRSAFT. MEN TIL SIDST BLEV DET
SIMPELTHEN FOR SVENSK - SÅ VI REDDEDE
OS SELV MED DANSKE PØLSER I SVØB MIDT
PÅ FIJENDENS TERRITORIUM!" 🌭 🇩🇰 🇸🇪



SK.2

Dejlig måned med fastalavns fest og hygge. Beboerne var med til at dekorere tønden. Har i forresten set vores skønne malerier på gangen? Vi nyder ihverfald de dejlige farver.



Februar måned i RA Stuen



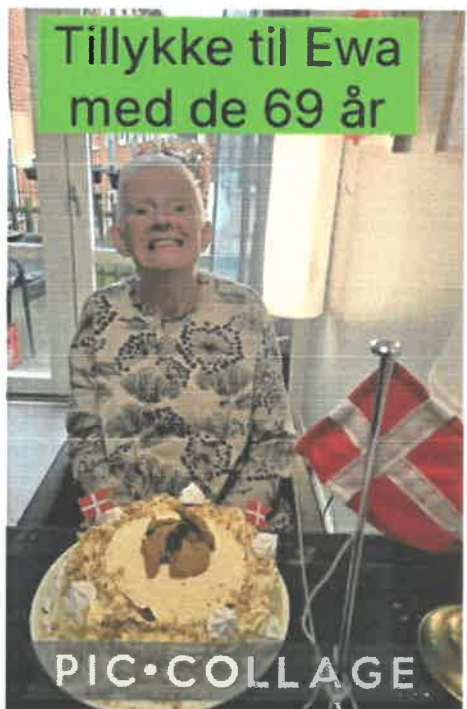
Der har været fastelavn og
Ewa har været med til at slå
katten af tønden



Februar har stået på
masser af sne og det blev
til indendørs hygge



Kirsten har været i
hønsegården og samle
sine blomster op efter
snestormen



Tillykke til Ewa
med de 69 år

PIC•COLLAGE



Rand 1

Sne og hundebesøg



Februar

Vi fik besøg af hunden Cirkeline

Det var en stor succes at få lov at holde hunden Cirkeline, som er meget lille og glad for at bliver nusset af beboerne.

Vi siger velkommen til Muhammed, Vladyslav, Olena og Anna Sofie og ny medarbejder Lena.

Farvel til medarbejderne Laila og Masuma.



Enjoy
every
moment



Februar i RA2

I februar har personalet i RA2 skabt masser af hygge sammen med vores beboere.

Efter aftenvagten tog Ellen til træning for at få brændt lidt energi af - og kom til at glemme at tørre og vaske bordet 🙄

Jens var meget koncentreret, da han hjalp personalet med at sætte mærkater på sin medicinæske.

Hanne K, vores lille chef i huset, skiftede branche for en dag og ville gerne være rengøringsmedarbejder 🧹

Imens hyggede de andre sig med at snakke og holde i hånd, og nogle lavede puslespil sammen med Gzime vores nye elev i afdelingen (Velkommen i huset)

Hardin forsøgte at lære Sanne lidt persisk.

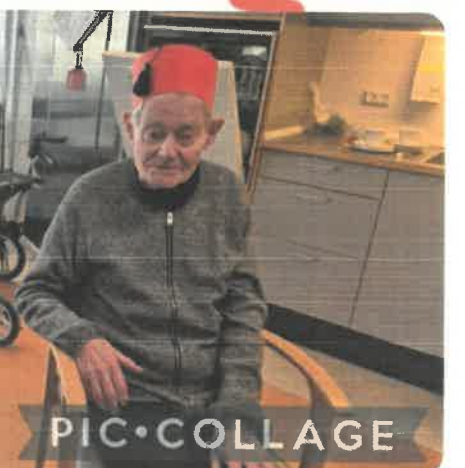
Hyggelig tøndeslagning.

Der var mange deltagere til fastelavnsfest i salen, iført forskellige hatte, som slog løs på tønden. I år søndag d. 15. februar.





FASTELAVN 2026



PIC•COLLAGE



FASTELAVN 2026





FASTELAVN 2026



KATTEKONGEN HELLE FRA SKIB 2. KATTEDRONNING HANS FRA SKIB 1.



2 af vores faste nattevagter til venstre
Lotte og til højre Karina.



Selv efter en nattevagt, ser de så friske ud.

Kalender for Aktiviteter om aftenen

Mandagsbiograf kl. 19:00

2/3 Finn og Co.

9/3 Piger til søs

16/3 Færgetroen

23/3 Én pige og 39 sømænd

30/3 Kispus

Onsdags Café Kl. 19.00

Onsdag d. 4/3 Thomas synger og spiller

Onsdag d. 11/3 Banko

Onsdag d. 18/3 Rytme og bevægelse

Onsdag d. 25/3 Hygge på tværs

Programmet er med forbehold for overraskelser!



MADPLAN FOR MARTS 2026



<i>Dato</i>	<i>Ugedag</i>	<i>Hovedret</i>	<i>Biret</i>
01.	Søndag	Stegt kylling m. rabarberkompot	Rabarbergrod
02.	Mandag	Kalvelever m. blødeløg 	Citronfromage
03.	Tirsdag	Ugens fisk	Majs chowder
04.	Onsdag	Rødbedebøf m. tzatziki	Ferskner m. mascarponecreme
05.	Torsdag	Kalvesteg m. grønsager 	Is m. chokoladesovs
06.	Fredag	Revelsben m. coleslaw salat	Tiramisu
07.	Lørdag	Lasagne m. salat	Æblegrød
08.	Søndag	Frikadeller m. kartoffelsalat	Is m. vafler
09.	Mandag	Irsk stuvning m. rødbeder	Trifli
10.	Tirsdag	Beluga bolognese m. pasta og parmesan	Rejecocktail
11.	Onsdag	Ugens fisk	Squashsuppe
12.	Torsdag	Enebærgryde m. kartoffelmos	Øllebrød m. flødeskum
13.	Fredag	Rullesteg m. asier	Fløderand
14.	Lørdag	Biksemad m. rødbede	Chokolademousse
15.	Søndag	Shepherds pie	Is m. chokoladesovs
16.	Mandag	Vegetariske forårsruller m. soya	Æbleskiver
17.	Tirsdag	Hakkebøf m. bløde løg 	Citronfromage
18.	Onsdag	Ugens fisk	Græskarsuppe
19.	Torsdag	Brunkål m. flæsk	Æblekage
20.	Fredag	Sprængt gris m. peberrodssauce	Blommegrød
21.	Lørdag	Svensk pølseret	Trifli
22.	Søndag	Paprikagryde m. kartoffelmos	Is m. marengs
23.	Mandag	Pizza	Ceviche
24.	Tirsdag	Bagt blomkål m. rygeost og mandler	Øllebrød m. flødeskum
25.	Onsdag	Ugens fisk 	Klar suppe m. boller
26.	Torsdag	Kylling i kokos-/karrysauce m. ris 	Panna cotta m. karamel
27.	Fredag	Millionbøf m. kartoffelmos & rødbeder 	Chokoladebudding
28.	Lørdag	Chili con carne m. ris	Hindbærfroage
29.	Søndag	Tarteletter m. høns i asparges	Rødgrød m. fløde
30.	Mandag	Medisterpølse m. brun sovs og kartofler	Koldskål
31.	Tirsdag	Kåldolmer i fad	Fromage

Ret til overraskelser forbeholdes. Med venlig hilsen KØKKENET