

BispebjergBladet

Nr. 4

April 2026

årgang 18



Foto Thorkild

Bispebjergghjemmet, Tagensvej 186, 2400 København NV, tlf: 35302890

Forstander: Rikke Kragh Iversen tlf: 24 79 54 08 mail: F174@kk.dk

Webadresse: www.bispebjergghjemmet.kk.dk



Mail: bispebjergghjemmet@suf.kk.dk

Bispebjergbladet for beboere, pårørende og andre interesserede

Bestyrelse:

Formand:

Karen-Marie Olesen

Næstformand:

Annette Glistrup

Øvrige medlemmer:

Inge Lise Løkkegaard

Anne Jerlind

Inge Oder

Vita Thing Japsen

Ole Bent Blom

Christian Rasmussen (med.rep)

Ældreråd:

Formand Kirsten Nissen

Tlf: 40382782

kirstennissen@gmail.com

Redaktionsudvalg:

Aktivitetkoordinator,

Lars Christian Kortholm

Thorkild Nielsen - bolig 227

Forstander, Rikke Kragh Iversen

Indlæg til bladet afleveres

til Lars Chr, mail: DW14@kk.dk

eller i Bispebjergbladets postkasse,
der hænger i caféen.

Deadline for indlæg er den 15.
i hver måned.

Pårørendeaften med spisning og
kaffe den 20. april kl.17.00-20.00.

Vi siger hjertelig tillykke til:

Kirsten Henny Jacobsen, bolig 18

Jytte Jacobsen, bolig 3

Hanne B. Rückmann, bolig 108

Carl E.C. Pedersen, bolig 111

Inger K.S. Struckmann, bolig 21

Ulrika Marianne Ekman, bolig 20

Lissy Kirstine Morbech, bolig 121

Else Lodberg Mødekjær, bolig 219

Alice Lindskov Danielsen, bolig 228

Mie Mengel, bolig 128



23. marts 2026

Brugerundersøgelse 2025

Tusind tak til jer, der har deltaget i vores opfølgning på BRUS 2025.

Vi har nu gennemført 8 enkeltinterviews og 2 gruppeinterviews med i alt 16 beboere. Det har været nogle rigtig gode og lærerige samtaler, som alle på hver deres måde har bidraget til en bedre forståelse af, hvordan det er at bo på Bispebjergghjemmet. Vi har været vidt omkring, og fælles for alle samtalerne er, at I har delt jeres oplevelser og ønsker med fællesskabet. Tak for det.

Køkkenet gennemfører også i den kommende tid interviews med fokus på maden. Når vi har samlet de vigtigste fællestræk fra interviewene, vil vi indkalde til et beboermøde. Her ser vi nærmere på, hvilke temaer og initiativer vi skal arbejde videre med. Temaerne vil også blive drøftet på pårørendemødet den 20. april.

Renoveringen er i gang igen

Som I sikkert både kan se og høre, er renoveringen af ventilationsanlægget på Bispebjergghjemmet godt i gang. Arbejdet er startet i A-huset.

Samtidig er projektet med etablering af solceller på A-huset også begyndt. Det betyder, at hver etage i en periode vil spise i caféen, mens håndværkerne arbejder i dagligstuer og køkkener på afdelingerne. Der er derfor mange håndværkere i huset i øjeblikket, og vi vil gerne takke for jeres tålmodighed. Vi gør vores bedste for at begrænse de gener, arbejdet medfører.

Til gengæld kan vi glæde os over, at vægge og paneler i dagligstuerne bliver malet, og at der kommer nye møbler. På nogle afsnit bliver de fleste gamle møbler udskiftet, mens der andre steder suppleres med nye, hvor de eksisterende stadig er i god stand.

Det bliver rigtig flot.

Husk

Pårørendemøde d. 20. april kl. 17 –20 i caféen.

Der vil blive serveret lidt let aftensmad og kaffe. Tilmelding skal ske på tilmeldingseddelen på afdelingerne, eller til afdelingslederne senest d. 15. april 2026.

De bedste hilsner

Rikke

GUDSTJENESTE

14. april i caféen kl. 14.00



Prædikant er Agnete Veit fra Grundtvigs Kirke.

DER SERVERES KIRKEKAFFE EFTER GUDSTJENESTEN

Der er mulighed for at bestille kirkebil til gudstjenester
i Grundtvigs Kirke
Ring [tlf.35815442](tel:35815442) (senest fredagen før kl. 12).



Vi siger velkommen til:

***Erik Wieland, bolig 218
Inger Wærum Nielsen, bolig 11
Mie Mengel, bolig 128***

Vi har sagt farvel til:

***Kirsten Marie Jensen, bolig 128
Søren Leo Larsen, bolig 116***

Præsten har ordet

April

Der er en gammel græsk myte om Orfeus og Eurydike. Orfeus er i den græske mytologi søn af guden Apollon og musen Kalliope. Han bliver gift med Eurydike, men hun dør desværre efter et slangebids, og Orfeus er så plaget af sorg, at selv Hades, som er den græske gud for underverdenen bliver så rørt, at han lader Orfeus drage ned til underverdenen for at hente hende op igen. Men Hades stiller en betingelse: Orfeus må ikke vende sig om og kigge på Eurydike, før de er kommet helt tilbage i lyset. Men det kan Orfeus ikke vente på, så han kommer til at vende sig om for tidligt, og Eurydike synker tilbage i dødsriget. Orfeus forsøger at få hende tilbage fra de døde, men det kan han ikke. Myten handler om døden og om sorg. Og om den store længsel, som man kan have efter sine afdøde, men også det unægtelige faktum, at vi aldrig kan hente dem tilbage – hvor svært det end kan være at forlige sig med.

Når jeg særligt kommer til at tænke på denne græske myte lige nu, så er det, fordi april er påsketid. Påsken er en højtid, som både indeholder livet og døden. Man plejer at sige, at der kun er én ting, vi mennesker, kan være sikre på her i livet, og det er, at vi skal dø. Det har altid været et livsvilkår. Derfor har vi mennesker også altid tænkt meget over, hvad der skal ske, når vi dør. Der er ingen af os, som helt præcist ved, hvad der kommer til at ske. Men med Jesu opstandelse påskedag er vi i kristendommen blevet givet et håb og et løfte om, at det hele kommer til at ende godt. At vi skal leve videre i lyset på en eller anden måde. Jeg elsker særligt Grundtvigs formuleringer omkring troen på et liv i opstandelse, som det kommer til udtryk i salmen Den signede dag. Her lyder sidste vers:

*Så rejse vi til vort fædreland,
dér ligger ej dag i dvale,
dér stander en borg så prud og grand
med gammen i gyldne sale;
så frydelig dér til evig tid
med venner i lys vi tale.*

Dette salmevers har altid malet et billede for mit indre om, at det evige liv er en eller anden form for tilstand, hvor man kommer til at sidde sammen med ens bedstevenner og familiemedlemmer, og drikke gin og tonic, eller en god flaske vin, og snakke, grine og være sammen i lyset.

Gør troen på opstandelsen – altså at vi skal leve videre på en eller anden måde – så sorgen lettere at bære, når man mister? Både-og tror jeg, fordi det betyder ikke, at sorgen ikke kan være fuldstændig overdøvende og lammende, som i Orfeus' tilfælde, og at man ligesom ham, kan have lyst til at gøre alt for at få den døde tilbage. Men på samme tid, så giver opstandelsestroen trods alt et håb. Et håb om et gensyn. En tro og et håb om, at de døde måske også stadig på en eller anden måde er en del af vores liv her og nu. Påsken er heldigvis fuld af liv, lys og påskeliljer.

Derfor: rigtig glædelig påske til jer alle på Bispebjergghjemmet.

- *Vibeke Bidstrup*

Udenfor Bispebjerghjemmet



Denne gang om sporvogne:
De kom i 1863 og sås i Odense, Århus og København. Det første selskab i Kbh. var engelsk. Her var i begyndelsen 5 selskaber. De blev dog slået sammen efter en tid.



Som det ses, var de første hestetrukne. 1899-1933 kom nogle med 2 etager (i midten af fotoet) , og endelig den model, vi så flest af—til højre i billedet.

I



1960-72 havde vi også tyskbyggede sporvogne, kaldet "Düsseldorfer". I 1972 gik man over til busser. De fleste sporvogne blev brændt.



Men Düsseldorferne kom til Alexandria i Egypten. 2 blev dog sendt tilbage, fordi man ville have nogle i et sporvognsmuseum her. Her ses en remise, hvor vognene var om natten, og hvor de blev vedligeholdt.



Nær Nørrebro station var der en sådan remise. I dag er der bibliotek og kulturhus m.m. Man bemærker de høje døre, som var nødvendige for sporvognene.



Ved Skjoldenæsholm på Midsjælland er der et sporvognsmuseum med vogne både herfra og fra udlandet, samt nogle busser.

Det drives af 170 frivillige.



Brian, som har arbejdet her, men som nu desværre er gået på efterløn, har været der. Her er han ved at stige på en "2-er". De har et gammelt jernbanespor, som går ind i skoven. Her kan man få ture med sporvognene.

Krea og Kage - *Kom og vær med*

Hver mandag eftermiddag kl. 13.30–15.00 er der kreativt værksted i Aktiviteten.

Her kan du prøve kræfter med forskellige kreative aktiviteter, som aktivitetsmedarbejder Theresia sørger for at stille frem og hjælpe dig med. Du kan også fordybe dig i ét kunstværk, som du arbejder med over flere gange.

Du er også meget velkommen til bare at komme og kigge på og tage del i den hyggelige stemning omkring bordet.

Omkring kl. 14.30 stiller vi op til kage, og vi bruger den sidste tid på at snakke og hyggelig lidt mere sammen.



Her kan du se billeder fra de sidste måneder, hvor vi bl.a. har arbejdet med:

- **Maling og mønstre:** inspireret af formerne fra Grønlands nationalblomst Niviasiaq (storblomstret gederams)
- **Stempler:** vi har bl.a. lavet små kort og billeder
- **Tegning:** farverige mandala-tegninger og silhuetter på lerhjerter, som vi tidligere selv har lavet og malet
- **Pynt:** vi har lavet pynt til fastelavnsfejringen og nu også til påskefrokosten
- **Strik og garn:** vi har strikket og lavet pompon-påskedyr







Efter påske, mandag den 13. april, starter vi på et nyt tema: **Fredsugle**.

Jeg håber, at du har lyst til at være med, så vi til sidst kan fylde gangene med masser af flotte fugle.

Har du mest lyst til at arbejde videre på dit eget projekt eller dit strikkesøj, er du stadig meget velkommen til det.

Vi glæder os til at se dig!

Hilsen

Theresia og Hanne

Påskefrokost

Torsdag den 9. april

Kl. 12.30 –15.30 i caféen



Karrysild med rødløg og dild

Røget laks med urtedressing og grønne asparges

Lun fiskefilet med remoulade og citron

-

Lun leverpostej med stegt bacon og champignon

Kyllingefrikadelle med hjemmelavet agurkesalat og rabarberkompot

-



Citronfromage med flødeskum

Til kaffen serveres et lille påskeæg

Velkomme og god påske!



Musikalsk underholdning med vores ”husorkester”

Albrechtsens og Ingemanns Glædesorkester



Filmklub Bogart

Torsdag 23. april

Kl. 18.30 i caféen

En kongelig affære



En fortælling om den dramatiske kærlighedshistorie mellem Dronning Caroline Mathilde af Danmark og Johan Struensee, Kong Christian d. VII's livlæge. Caroline og Johan drømmer begge om et bedre liv for Danmarks befolkning og gennem hans indflydelse på kongen, formindskes aristokratiets magt og samfundsreformer bliver indført i landet. Det er dog kun et spørgsmål om tid før hoffet atter genvinder magten over deres syge konge.

Alle er velkomne!

HUSK:

Spilletid: 128 min.

***"Film skal ses sammen
med andre!"***

Der er mulighed for at købe vin, øl, sodavand og slik til yderst rimelige priser

Classic Wear.DK

Vi kommer: tirsdag den 21 april

Fra: Kl.10:00-14:00 i caféen

Lange bukser

Cardigan

Nederdele

Blazer

Leggings bukser

Undertøj

Pyjamas

Herre bukser

Herre joggingbukser

Strik Bluser

Tuneker

Toppe

Leggings

Natkjoler

Sports bh

Bluser

T-shirts

Undertøj

Størrelser fra 38—60

Betalinger: Kontant, Dankort, Mobile-Pay, bankoverførsel.

Kom og vær med til æggejagten!

Fredag den 10. april kl. 10.15-11.15

Mange steder er der tradition for, at børnene går på æggejagt til påske. Derfor har vi inviteret børnene fra den dansk-franske skole på Tagensvej til at komme og jagte påskeæg, som påskeharen gemt hele vejen rundt om Bispesbjergghjemmet. Du skal naturligvis være med til at finde æggene, så vi laver nogle blandede hold bestående af børn og beboere. God påskeæggejagt!



Banko

Torsdag den 16. april

Kl. 13.45 i caféen



Torsdag den 30. april

Kl. 13.45 i caféen

1 plade til alle 3 spil koster 20 kroner

Vel mødt!



Dans og drinks

Fredag den 24. april

i caféen



Syng dig glad i caféen



Torsdag den 23. april kl. 14-15



Alle er velkomne!

SYNG MED I APRIL



Tirsdag 7/4: A2

Onsdag 8/4: B1

Onsdag 15/4: A-stuen

Tirsdag 21/4: B2

Onsdag 12/4: A1

Tirsdag 28/4: B-stuen

Onsdag 29/4: A2

Fra klokken 13.30 til 14.30

Husk bevægelseshold med Tim! Vi går tur, hygger i haven og spiser kage og drikker saftevand.



Hver fredag kl. 10.30-11.30
- Vi mødes i caféen

Krea og kage med Theresia



Hver mandag i Aktiviteten
kl. 13.30—15.00.

Reparation af tøj

Hjælp til små reparationer:

Har du brug for hjælp til f.eks.:

- at lægge bukser eller nederdel op
- at sy knapper i
- at lappe huller eller reparere slid
- små tilpasninger af tøj
- andre små opgaver

Så kan aktivitetsmedarbejder Theresia hjælpe med mindre sy-opgaver.



Sådan får du hjælp:

- Læg tøjet i en pose
- Skriv en seddel med navn, adresse og hvad der skal laves (og evt. hvornår det skal være klar), og læg den i posen.
- Send en SMS med navn og adresse til tlf: +45 2384 4178 eller ring tirsdag kl. 10.30–12.00. Herefter bliver posen hentet tirsdag eller torsdag. Du kan også bede en medarbejder aflevere posen på kontoret i Aktiviteten.

Vores fodterapeut Elisa

Jeg tilbyder:

Fodbehandlinger

Vejledning i daglig pleje

Fodgymnastik



Åbningstider:

Tirsdag, onsdag og torsdag kl. 8.00-15.00

Fredag kl. 8.00-12.00

Fodterapien er åben for alle, der har brug for hjælp til sunde fødder.

Vores frisør Annette

Åbent: Tirsdag og torsdag fra kl. 9.30.

Bestil tid på 51 50 09 89

Vandondulation: 250 kr.

Vask og føn: 250 kr.

Klip og føn: 380 kr.

Klip og vandondulation: 380 kr.

Dameklip: 310 kr.

Herreklip: 180 kr.

Farvning: 350 kr.

Farvning langt hår: 500 kr.

Lyse striber: 380 kr.

Lyse striber langt hår: 500 kr.

Bryn: 60 kr.

Vipper: 80 kr.

Modtager ikke Dankort. Mobilepay på 812436

Med venlig hilsen Annette H. Larsen



KALENDER APRIL

DATO	DAG	TID	AKTIVITET	STED
7.	Tirsdag	11.00 - 12.00	Herreklub	Aktiviteten
		13.30—14.30	Syng med	A2
8.	Onsdag	10.00—12.30	Bustur—aftal med Lars Chr.	Hovedindgangen
		13.30—14.30	Syng med	B1
9.	Torsdag	12.30 - 15.30	Påskefrokost	Caféen
10.	Fredag	10.15 - 11.15	Påskeæggejagt	Caféen og udenfor

DATO	DAG	TID	AKTIVITET	STED
13.	Mandag	10.00 - 12.00	Åben træning	Træningslokalet
		13.30 - 15.30	Krea og kage	Aktiviteten
14.	Tirsdag	11.00 - 12.00	Herreklub	Aktiviteten
		14.00—16.00	Gudstjeneste— Agnete Veit	Caféen
15.	Onsdag	13.30 - 14.30	Syng med	A-stuen
16.	Torsdag	10.00 - 12.00	Åben træning	Træningslokalet
		13.45 -15.00	Banko	Caféen
17.	Fredag	10.30 - 11.30	Bevægelsehold	Caféen

KALENDER APRIL

DATO	DAG	TID	AKTIVITET	STED
20.	Mandag	10.00 - 12.00	Åben træning	Træningslokalet
		13.30 - 15.30	Krea og kage	Aktiviteten
		17.00 - 20.00	Pårørendemøde	Caféen
21.	Tirsdag	10.00 - 14.00	Tøjudsalg - Classic Wear	Caféen
		11.00 - 12.00	Herreklub	Aktiviteten
		13.30 - 14.30	Syng med	B2
22.	Onsdag	10.00 - 12.00	Bustur - aftal med Lars Chr.	Hovedindgang
		13.30 - 14.30	Syng med	A1
23.	Torsdag	10.00 - 12.00	Åben træning	Træningslokalet
		14.00 - 15.00	Syng dig glad	Caféen
		18.30 - 20.30	Filmklub	Caféen
24.	Fredag	10.30 - 11.30	Bevægelseshold	Caféen
		13.45 - 15.00	Dans og Drinks	Caféen

DATO	DAG	TID	AKTIVITET	STED
27.	Mandag	10.00 - 12.00	Åben træning	Træningslokalet
		13.30 - 15.30	Krea og kage	Aktiviteten
28.	Tirsdag	10.00 - 11.00	Børneuniverset	Caféen
		11.00 - 12.00	Herreklub	Aktiviteten
		13.30 - 14.30	Syng med	B-stuen
29.	Onsdag	13.30 - 14.30	Syng med	A2
30.	Torsdag	10.00 - 12.00	Åben træning	Træningslokalet
		13.45 - 15.00	Banko	Caféen

FROKOSTMENU FOR APRIL 2026

DAG	DATO	DET VARME MÅLTID	EFTERMIDDAGSHYGGE
Onsdag	1	Medister med skysauce, kogte kartofler, sennep og syltede agurker	Gl. Dags Æblekage
Skærtorsdag	2	Farsbrød med tzatziki, halve bagte kartofler, flute samt kryddersmør	Frugtkage med hindbær og vaniljeskyr
Langfredag	3	Fiskefrikadeller med ristede kartofler og remouladesovs serveret med råkost	Syltet pære med råcreme
Lørdag	4	Chili sin carne serveret med ris og majssalat samt tortilla chips	Rosinboller med abrikosmarmelade og brie
Påske søndag	5	Marineret lammekølle serveret med bagte rødbeder, kartofler og skysauce	Påskeroulade
2. Påskedag	6	Fyldt Sej med spinat, hertil ristede kartofler og creme fraiche dressing	Jordbærgrød med sødmælk
Tirsdag	7	Millionbøf (kalvehjerte) serveres med kartoffelmos og rødbeder	Pandekager med syltetøj
Onsdag	8	Lamme frikasse med asparges og ærter serveres med kartofler	Meyers Kanelstang
Torsdag	9	Cremet kartoffelsuppe med porre og spinat, serveres med sprød bacon og groft brød	Bærcrumble med creme fraiche
Fredag	10	Ribbensteg serveret med kartofler og skysauce serveret med frisk rødkålssalat	Kartoffelkage med flormelis
Lørdag	11	Kylling i fad med sennep-svampe sauce serveres med kartoffel og marineret spidskål	Kokos toppe med chokolade
Søndag	12	Gryderet af gris med timian serveret med kartoffelmos	Is med syltet fugt
Mandag	13	Brændende forårskærlighed med roduerter	Alliancegrød med sødmælk
Tirsdag	14	Glaseret skinke serveres med flødekartofler og bagte grønsager	Rabarberkage med flødeskum
Onsdag	15	Selleri/kartoffelbøffer serveres med Løgsauce, spejlæg og rødbedesalat	Protein-hvedeboller med smør og ost



FROKOSTMENU FOR APRIL 2026

DAG	DATO	DET VARME MÅLTID	EFTERMIDDAGSHYGGE
Torsdag	16	Forårsgryde med kalkun og grønsager serveres med kartofler	Dronnings Margrethe har fødselsdag: Gåsebryst
Fredag	17	Krebinetter med stuvet grønsager og kartofler samt persille til toppen	Squash kage med flødeost
Lørdag	18	Bagt laks serveres med hollandaise, kartofler og grøn bønnesalat	Up-side down kage med ferskner og flødeskum
Søndag	19	Gullachs suppe serveres med surdejsbrød og persille drys	Appelsin fromage pyntet med appelsin og flødeskum
Mandag	20	Langtidsstegt nakkesteg serveres med timiansauce, kartofler og dampet blomkål	Frugtkage med hindbær serveres med skyr creme
Tirsdag	21	Knuste hjerter i karryfløde sauce med pastinak, æble og rosiner serveres med ris og hakket persille	Rabarbergrod med sødmælk
Onsdag	22	Frikadeller med kold kartoffelsalat	Citronkage med glasur
Torsdag	23	Citron bagt fisk serveres med kartofler, lys sauce og bagte gulerødder med rødløg	Ostefad serveres med kiks og rabarberkompot
Fredag	24	Tomattærte med hytteost og æg serveres med en fyldig marineret kålsalat	Bønne brownie
Lørdag	25	Kødboller af oksekød i tomatsauce serveres med pasta og grøn bønnesalat	Bagte blommer med vaniljecreme
Søndag	26	Marineret kalkunbryst serveret med peberrodssauce, kartofler og dampet gulerødder	Ymerfromage med bagt ananas
Mandag	27	Asiatisk gryderet af nakkefilet med soja og grøntsager serveret med ris	Æble- abrikos-sveskegrød med sødmælk
Tirsdag	28	Braiseret svinekæber med grønsager serveres med urtekartoffelmos og friske æbletern til toppen	Flødeboller
Onsdag	29	Stegt lever med bløde løg, kartofler og sovs	Æblekage med crumble og creme fraiche
Torsdag	30	Vegetarisk Shepherds pie serveres med salat	Romkugler

