

Hjorten

April 2026



Husavis

Omsorgscentret Hjortespring

**<http://omsorgscentrethjortespring.kk.dk/>
Facebook: Omsorgscentret Hjortespring Herlev**

Nyt fra forstanderen



Kære alle sammen.

I år ligger påsken i starten af april, hvilket jo betyder, at vi allerede har holdt påskefrokost.

Som I nok lagde mærke til, havde jeg ikke selv mulighed for at deltage, men på alle jeg har talt med, og de billeder jeg har set, er det tydeligt at I havde en dejlig fest, og det glæder mig meget!

Til gengæld deltog jeg i årets påskebanko og hilste på mange af jer der. Jeg vil gerne takke for den store opbakning både til jer og til jeres pårørende, for I var med til at gøre det til en stor succes.

I uge 16 afholder aktivitetscentret temaugle om ØL. Jeg vil fremhæve arrangementet mandag med byhistoriker Allan Mylius, som mange måske også kender fra TV. Han kommer og fortæller os om øllets historie i København gennem tiderne. Tag endelig jeres pårørende med.

Vi har også et eftermiddagsarrangement om tirsdagen med ølsmagning, og så slutter vi af med at grille. Der er selvfølgelig mere information her i Hjorten.

I slutningen af marts måned godkendte Borgerrepræsentationen endeligt, at vi skal flytte til ny bygning i Sydhavnsgade. Jeg vil løbende holde jer orienterede. Hvis I har spørgsmål så henvend jer til afdelingslederne eller undertegnede, så vil vi besvare disse eller undersøge det nærmere.

Vi modtager snart et par videoer af 2 møblerede lejligheder fra Sydhavnsgade. Dem sætter vi op på skærmene i afdelingerne, så snart vi modtager dem, så I kan se, hvordan en bolig kan se ud. Den ene bliver en bolig med skillevæg mellem stue og soveværelse, mens den anden bliver en video af, hvordan det kan se ud, hvis man vælger at få fjernet skillevæggen.

Skulle man vælge at flytte til anden bolig i København, vil man komme først på ventelisten, dette er dog ikke muligt, hvis man ønsker at flytte uden for Københavns Kommune.

Jeg vil slutte med at ønske at I alle får en rigtig dejlig påske.

Hilsen Inge



Bolsjemanden kommer

Onsdag den 1. april

Kl. 10 - 12

Jeg står ved indgangen i Bygning A,
Omsorgscentret Hjortespring

Kom og smag vores hjemmelavede bolsjer,
med naturlige farver og uden konservering.

Vi ses snart 😊

Hilsen Bajrami bolsjer

Beboermøde A1 – den 10. marts 2026

Måltider:

- I havde til forrige møde ønsket ændringer i måltiderne, således at varme retter serveres til frokost og smørrebrød til aften. Disse ændringer træder i kraft pr. 13.4.26 Og vi ønsker hjertens gerne en tilbagemelding.
- I havde ingen spørgsmål eller tilføjelser til dette.

Sydhavn:

- Vi fik snakket lidt om de forskellige ønsker I har ytret i forhold til flytning - her har nogle ønsket at flytte med og nogle ønsker at flytte andre steder hen, nogle ønsker sydsiden andre har ikke specifikke ønsker.
- I er blevet oplyst om at der er afsat datoer i forhold til udregning af husleje m.m. nogle har allerede fået en tid og andre får løbende. Hvis i imod forventning ikke modtager en dato og tidspunkt til dette, bedes i henvende jer til personalet eller kontaktpersonen.
- På afdelingen er der sat en mappe frem (sort mappe) med overskriften "SYDHAVN". Denne mappe indeholder informationer om vores nye plejehjem herunder oplysninger omkring flytning m.m. Alle er velkomne til at orientere sig i mappen og hvis i ønsker at gennemgå denne med personalet, kan klippekort ordningen med fordel benyttes.
- Kort opremsning af klippekortordning.
- I er desuden oplyst om hvordan en flytning til Sydhavnsgade muligvis kunne foregå - et eksempel kunne være at man til morgen kommer ud på en tur alt imens nedpakning af boligen, fragt af nedpakning og møblering af boligen foregår også vender man retur til sin nye bolig.
- Der forventes under eller efter sommeren at stå en afdeling klar, som man kan køre ud og se, så i har noget at forholde jer til og som kan besvare nogle af jeres spørgsmål i kom med under mødet, såsom boligforhold, udsigt og omgivelserne.
- Mangler man inventar til sin nye bolig, kan dette ønskes omkostningsfrit.

Folketingsvalg:

- I mindes om folketingsvalg d. 24.3.25 og at i kan stemme d. 18.3.26 her i huset.

Ture og arrangementer:

- Ture ud af huset til blandt andet restauranter, tidligere bopæl og Sydhavnsgade er så småt begyndt at arrangeres. Hvis i har nogle specifikke ønsker eller forslag til ture eller arrangementer skal i henvende jer til kontaktpersonen eller fast personale, så disse kan planlægges.
- Kinesisk aften har været en succes, der har været positive tilbagemeldinger, fra både personale, beboer samt pårørende. Hvor er det dejligt, tak for en vellykket aften og et hyggeligt selskab. På baggrund af denne succes ønskes det at der arrangeres fællesspisning med eventuelt et bestemt tema. Der var desuden også et ønske om bestilling af Mcdonald's, så det finder vi også en dag til.
- Husets fødselsdag - Det er os på A1 der denne gang skal arrangere fødselsdagen, som afholdes d. 21.5.26 fra kl. 13-15. Der vil blive serveret kaffe, kage, varm kakao og boller og selvfølgelig en lille en. Vi efterspurgte ønsker til kager samt underholdning. Her havde i ingen ønsker, så vi blev i fællesskabet enige om at vi anmoder køkkenet om forskellige lagkager og

sender en forespørgsel til Guitar Mads om underholdning til dagens anledning. Såfremt Mads ikke finder dette muligt, vil Jens Munkgaard blive spurgt.

Eventuelt:

- Optagelse af film: Fra d. 13-15 marts, vil der på Hjortespring opholde sig 10-15 personer fra film kompagniet. Optagelserne vil primært foregå i bolig 145 samt ude i gårdhaven. Når der optages/filmes i gårdhaven, vil der køre en varevogn ind med skuespillere som vil foretage en udgravning. Disse skuespillere vil ligne banditter men ingen grund til bekymring, alt er lovligt. Det skal lige understreges at hverken personalet eller beboer vil blive filmet, filmkompagniet filmer udelukkende kun internt og i de nævnte områder.
- En enkel beboer ytrer ønske om at aftenkaffe serveres i dagligstuen gerne 1 time efter aftensmaden. Beboeren informeres om at der ikke har været fremmøde, trods for at kaffen stilles frem i dagligstuen og grundet dette, er vi gået væk fra det. Vi afprøver dette igen, og håber på fremmøde.
- Til slut blev i påmindet om de næstkommende arrangementer i huset såsom påskefrokost og påskebanko. Næste beboermøde udsendes når datoen er fremlagt.

Øl-uge på Hjortespring

I uge 16 sætter vi fokus på øl og hyggelige stunder.

Vi skal smage forskellige øl, høre små historier om brygning og nyde fællesskabet omkring bordet. Der vil også være mulighed for alkoholfri øl, så alle kan være med til den gode stemning.

Mandag 13. april kl. 13.00-15.00

Foredrag om Øllets historie v. Allan Mylius i festsalen. Der serveres ølkage og kaffe. Arrangementet er gratis for beboere og pårørende - *kræver tilmelding til afdelingen senest den 7/4*

Tirsdag den 14. april kl. 16.00-19.00

Ølsmagning i Café Hjorten inkl. grillpølse med brød. Pris: 50 kr.
Drikkevarer kan købes.

Tilmelding i afdelingen senest 7/4

Onsdag den 15. april kl. 13.15

Øl-banko i Café Hjorten. Pris 15 kr. pr. plade (pladesalg fra kl. 12.45)

Torsdag den 16. april kl. 13.00

Biograf i festsalen, hvor vi viser filmen **Martha**. Der er gratis popcorn og saftvand.

Fredag den 17. april kl. 13.00-15.00

Fredagsbar i festsalen med livemusik af countrysangeren **Thopper**.
Drikkevarer kan købes - ingen tilmelding, pårørende er velkomne!



Tillykke



2/4	Birgit, B399	20/4	Torben, A237
17/4	Bent, B392	22/4	Annelise, B378
19/4	Lena, A254 (85 år)	30/4	Birthe, B191 (90 år)
		30/4	Frode, A136

Vi ønsker dig en dejlig fødselsdag!

Fraflyttet Hjortespring

21/3 Lissi, B298

Held og lykke fremover!

Vi har taget afsked med

23/2	Georg, B480	25/3	Gurli, A241
26/2	Lissie, B393	26/3	Jørn, A345
5/3	Hanne, A352		

Æret være deres minde!



Sket på Hjortespring

Den 24. marts holdt vi den årlige påskefrokost på Hjortespring. Det var en rigtig hyggelig eftermiddag med lækker mad og god stemning, hvor der blev sunget, danset og skålet. René Hejdmann fra Gas Box stod for den fremragende underholdning som Kim Larsen.





Søndag den 29. marts blev der afholdt påskebanko på Hjortespring. I festsalen var ca. 120 beboere, pårørende, frivillige og personale samlet til en hyggelig eftermiddag.

Der var masser af spænding og meget flotte præmier.



Madklubben på Hjortespring

Torsdag formiddag mødes en flok beboere, frivillige og personale fra aktivitetscentret for at lave mad, spise og i det hele taget for at hygge sig sammen. Madklubbens medlemmer finder i fællesskab ud af, hvad menuen skal være den enkelte gang, og alle er med i processen med tilberedning og borddækning.

Under middagen går snakken om stort og småt og mange minder bliver delt, humøret er højt og der er altid en rigtig god stemning, når madklubben spiser sammen.

Alle udgifter til madklubben bliver dækket af midler fra Københavns Kommune, som kommer fra en pulje til fremme af trivsel og socialt samvær på plejehjem i kommunen. Hjortespring har fået tildelt midlerne i 2026, som er øremærkede til at lave madklub.



Omsorgscentret Hjortespring – forbi

Bør læses af alle med tilknytning til A4

Det er ganske vist til oktober, om ca. et halvt år, vi bliver til Sydhavns­gade 26.

Undertegnede har forhørt sig hos mange, både beboere og medarbejdere. Holdningen var klar, begge grupper ville give Sydhavns­gade en chance. At beboere havde den holdning, kan næppe overraske.

Men at personalet også havde den holdning, var glædeligt. Og da jeg nævnte muligheden for at flytte A4 som en samlet enhed til S4, Sydhavns­gade, så lyste alle op. Og jeg tænker på alle de medarbejdere som er tilknyttet A4, lige fra rengøring over afløsere, såvel faste som løse, medhjælpere til vores lokale høvding. Sidstnævnte har godt nok til tider lidt problemer med vagtplanen, men ellers er det kun småting. Personligt har jeg tilbudt min hjælp til skemalægningen, men ”nej tak – kan selv”.

Men tilbage til flytningen. Hvad kan vi så gøre mere, for at bevare vores afdeling? Jo, nu gælder det om snarest at vi alle fortæller vores lokale høvding, at vi gerne vil give Sydhavns­gade en chance. Husk på, at jo flere fra A4, der flytter med, jo mere vil S4 komme til at ligne A4.

Og som et sidste incitament, skal i vide, at både Kurt og jeg flytter med. Men vi har brug for jeres hjælp til at genskabe A4 på Sydhavns­gade 26.

Venlig hilsen
Flemming, A4



Genbrugsbutikken BIKSEN

Find butikken i bygning B, stuen - ved indgangen

Åbent onsdage kl. 10.00 - 12.00



Kun kontant betaling!

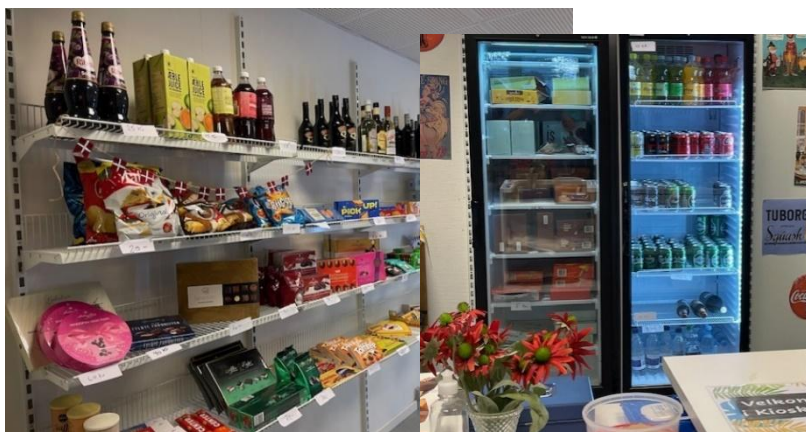
BIKSEN drives af frivillige. Overskud går til godt for Hjortesprings beboere. Udenfor åbningstid modtager Aktivitetscentret effekter. Ring evt. 82562492

Kiosken

har åben tirsdag klokken 9:30-12:00

I kiosken modtages kun kontanter.

Kom og se vores store udvalg & få gratis kaffe og småkager.



På gensyn - ønskes I af de frivillige i kiosken.

Månedens beboer

Samtale mellem Flemming B2 og Ann-Britt, leder af aktivitetscentret.



Denne samtale kom i stand end dag på vej til Søfartsmuseet i Helsingør. Jeg sad ved siden af Flemming i bussen og så gik snakken. Snakken kredsede sig om mad, et emne Flemming havde nogle fine historier om. Derfor spurgte jeg Flemming om han ville være månedens profil, hvilket han heldigvis sagde ja til. Flemming fortalte at efter han blev skilt, havde han børnene hver 2. weekend og han syntes at det var godt at børnene fik nogle gode kulturelle oplevelser, så de tog ofte på museum. Nogle gange fik de lov at tage en veninde med. Flemming overhørte en dag datteren overtale en veninde til at tage med på museum med ordene ”han give middag bagefter”. De gik nemlig altid ud og fik en dejlig frokost efterfølgende.

Flemming oplevede gennem sine døtre indtoget af burgeren, som han egentlig ikke helt forstod begejstringen ved, men blandt de unge var det meget populært. Han ville hellere have klassisk smørrebrød, men Flemming lærte med tiden også at sætte pris på en burger.

Andre gange spiste de på klassiske frokostrestauranter. En gang gik turen til en af byens ældste og mest ikoniske fiskerestauranter, nemlig Krogs Fiskerestaurant der ligger på Gammel Strand. Her fik han den største gastronomiske oplevelse nogen side. Flemming husker ikke hvad de fik at spise, men han husker at det kostede det hvide ud af øjnene og at det var hver en kone værd – det var en oplevelse for livet!

Da den ældste datter skulle i gang med en uddannelse valgte hun at blive kok – det var jo fremragende! Hun stod i lære på en meget populær Cafe, hvor folk ofte stod i kø, for at komme ind. Her kunne Flemming komme foran køen, når han ville. Restauratøren var en flink mand, der ud over at give datteren en pause i køkkenet, så hun kunne spise med sin far også slog 50% af regningen. Samtidig voksede køen udenfor restaurantens vinduer. Da datteren blev udlært, blev de inviteret til gallamiddag med 6-7 retter ude ved Gentofte sø – en kæmpe oplevelse.

Flemming har i alt 4 børn, fordelt med 2 drenge og 2 piger. Han har været i beredskabsstyrelsen i 50 år og jeg fik en meget udførlig beskrivelse af, hvordan Flemming som 16-årig startede som frivillig i Civil forsvaret og endte til sidst med at være Kaptajn af 1. grad. Han trådte ud af nummer, som det hedder, når man bliver pensioneret

fra bl.a. militæret, som 60-årig. Jeg undlader at forsøge at gengive alle de militærgrader Flemming har haft, for jeg er sikker på, at jeg kommer til at snuble i det.

Månedens sang:

FORÅRSDAG

1. Du ved det sikkert allerinderst inde, selvom jeg sjældent bruger store ord.

Du ved, at du er den der gennem livet og stadig i mit hjerte bor.

2. Jeg ved at al min sidste tid skal leves, jeg ved at tiden tæller hjertets slag.

At alt det vi har grædt igennem livet det svinder på en forårsdag.

3. En forårsdag hvor solen bare skinner, som da jeg mødte dig den første gang
Og hele verden svandt – kun solen så os og lavede en stille sang.

4. Og det er den jeg endelig har fundet, så mange år er gået sidenhen.

Vi tænker vel at noget sku' forandres hvis vi ku' leve alt igen.



5. Vi tænker vel at vi gled fra hinanden

i årene der hastede forbi.

Og nu er alting stille her i stuen og store ord er svær' at sig'.

6. Men du ved det sikkert allerinderst inde, selvom jeg sjældent bruger store ord.

Du ved at du er den der gennem livet

og stadig i mit hjerte bor.

7. Jeg ved at al min sidste tid skal leves,

jeg ved at tiden tæller hjertets slag.

At alt det vi har grædt igennem livet

det svinder på en forårsdag.

SKÆBNENS STENEDE VEJE DEL 10

(fortalt af en beboer)

Den 5. maj 1945 gik Irma og jeg en aftentur på villavejene sammen med nabokonen. Fra et af husene kom en mand løbende ud til sin flagstang for at hejse Dannebrog. "Hov", sagde vi, "er det ikke lidt sent på dagen at hejse flaget?" Han råbte: "Vi har fred, vi har fred, hurra, hurra, hurra!" Vi blev enige om, at han nok ikke var rigtig klog og fortsatte spadsereturen. Men snart så vi Dannebrog veje fra alle villahavernes flagstænger, og så forstod vi, at nu var det virkelig sket - vi havde fred!

Vi satte hurtigt kursen mod Amagerbrogade. Og her var der et mylder af glade mennesker, som omfavnede og kyssede hinanden. I stedet for at hejse flag satte folk levende lys i vinduerne. Der var en ubeskrivelig stemning af lykkerus, da der pludselig lød nogle skarpe skud. Vi styrtede panikslagne ned i de nærmeste beskyttelsesrum. Da vi var faldet til ro, begyndte vi at lytte efter mere skyderi fra gaden. Men der var dødsensstille. Langsomt og på vagt vovede vi os op på gaden. Her sad en frihedskæmper på sin motorcykel mutters alene midt på Amagerbrogade. I dagens anledning havde han startet motorcyklen, som efter at have været gemt væk i 5 år, svarede med nogle skarpe udstødningsknald. Pludselig så vi en masse unge mænd med frihedskæmper-armbind. En del af dem kendte vi, men vi vidste ikke, at de havde deltaget i modstandskampen. Midt i alt dette sad mor i receptionen på hotel d'Angleterre. Kapitulationen

kom lige så uventet for den tyske generalstab som for os. Da folkejubelen var på sit højeste på Kongens Nytorv, forstod tyskerne, at slaget var tabt, og lige så hurtigt som de havde indtaget hotellet, forlod de det og flyttede til Kastellet. Det tog lang tid for mor at komme hjem og fejre freden med os, for man kunne køre gratis med de flagprydede sporvogne, så de var stopfulde, og folk hang i klaser udenpå. Lykkerusen varede endnu i mange dage. Vi tog Royal Airforce-huerne på. Det var hjemmehæklede runde klatter i rødt, hvidt og blå - det samme mærke, som den engelske luftstyrke havde på vingerne. Det var forbudt at bære dem under krigen. Kongemærket med Christian X's monogram blev sat i knaphullet eller hæftet på blusen. Jeg havde ofte set kong Christian X ride på sin hest midt iblandt folket og uden livvagt på min vej til Skt. Ansgars kirke i Bredgade. Vi pudsede også vore kobbermønter og bandt dem i knaphullet. Det var en 5-øre og to 2-ører med huller i, som vi trak et bånd igennem og bar på den ene eller anden måde for at mindes besættelsesdagen den 9. april 1940. Den forbudte fædrelandssang "Det haver så nyeligen regnet" fik en ny betydning for os. Og frihedssangen om "de fem forbandede år" gjaldede fra alle medier døgnet rundt. Nu var der noget at skrive om i dagbogen. Ikke bare om, hvordan det gik i skolen og hvilken dreng jeg var forelsket i. I vores boligblok boede der en del politibetjente, og

det var ikke alle, der vendte hjem fra koncentrationslejrene i Tyskland. Et par af mine klassekammerater på Den Franske Skole havde mistet deres fædre under krigen. Den enes far gik i Bredgade, da skudvekslingen mellem tyskerne og den stærkt bevæbnede politistyrke på Amalienborg brød ud. En vildtfarende kugle ramte ham og dræbte ham på stedet. Den andens far blev likvideret som sabotagevagt for tyskerne. Jeg havde dyb medlidenhed med dem begge to, selvom deres fædres død ikke var lige glørværdig.

En lille uge efter befrielsesdagen ankom Montgomery og hans sejrige kampstyrke. Kortege af jeeps med ham og hans soldater kørte fra lufthavnen gennem Amagerbrogade. Jeg havde medbragt en buket blomster, som jeg havde hugget i en af villahaverne. Den blev grebet af en af de engelske soldater. Han sendte mig et fingerkys, og jeg har ofte spekuleret på, om han husker det, eller om han i det mindste har fortalt det til nogen, da han kom hjem til England og berettede krigsminder for slægt og venner. Jeg så Montgomery i den ene ende af triumftoget, og mor modtog ham i den anden ende på hotel d'Angleterre, hvor han og hans stab blev installeret.

Mor havde set mange af de navnkundige aktører i 2. verdenskrig. Dr. Best boede på hotellet under hele krigen. Her fik han besøg af Göring, som kom til te og af Rommel, der overnattede en gang. Mor beskriver Rommel som en lille, uanselig mand med dybsindige, udtryksfulde øjne. Dr. Best var ikke hendes livret, men han

havde klasse og var altid høflig og korrekt i sin optræden. Og nu kom så Montgomery. Han var heller ikke af imponerende statur, men han osede af pondus og autoritet.



Montgomery hyldes af danskerne 12. maj 1945 på Rådhuspladsen i København.
Af Ukendt

Straks efter krigen kom der atter gang i valutahandelen. Mor og den anden kassererske i receptionen på hotellet kunne have tjent en formue ved at sælge især dollar og svenske kroner til danske importører. Men valutahandel var strengt forbudt, og krisepolitiets skarpe øje hvilede på alle, som havde den mindste mulighed. Så selvom det var meget fristende at lave nogle hurtige penge, besluttede de to kasserersker sig for at holde sig i skindet.

Så kom den skrækkelige tid, da frihedsbevægelsen hentede kollaboratører ud af husene og førte dem bort på åbne lastbiler, hvor de var eksponeret for folkehobens bespottelser. Hver dag når vi gik hjem fra skole så vi disse lastbiler fulde af værnemagere, stikkere og

feltmadrasser, der i offentlighedens åsyn havde fået klippet håret af. Til vores store forundring blev en del af beboerne i vores hus hentet ud på lastvognene. De fleste vidste vi ingenting om, ikke engang feltmadrasserne. En mor og hendes to børn, som jeg tit havde leget med, flygtede gennem kælderens og ind i vores opgang. Frihedskæmperne skød hendes dør ind, da hun ikke lukkede op, og da de fandt lejligheden tom, jagede de hende gennem kælderens og op på 3. sal, hvor hr. Bille havde lukket hende og børnene ind. Hr. Bille sagde til frihedskæmperne, at de skulle se at få fat på hendes mand, som var synderen, og holde op med at jage sagesløse kvinder og børn, hvilket de tog til efterretning.

Men det var helt åbenlyst, at familien Hansen var nazister. De boede under os i stuen, og både faderen og hans voksne datter optrådte i tyske uniformer. Han havde dødningshoved på kasketten. På væggen i dagligstuen hang der et stort portræt af Hitler, som tydeligt kunne ses ude fra slaggemarken. Grethe, deres yngste datter, fik dem dog overtalt til at flytte portrættet ind i soveværelset, så det ikke kunne ses fra vejen. Når jeg ringede på deres dør for at høre om Grethe kom ud og lege, blev jeg enten mødt af en snerrende schæferhund eller, hvis hr. Hansen var hjemme, af et geværløb. De holdt ofte gæstebud for det tyske militær. Så blev der sunget og spillet tyske marcher den halve nat, og da der var meget lyd i huset, var det yderst generende. Det var temmelig utrygt at have dem boende under os. Det ville have været en let sag for

modstandsbevægelsen at smide en granat gennem vinduet i stuen. Det siger sig selv, at hr. og frk. Hansen blev arresteret efter krigen. Men de fik ret milde domme, fordi de havde været i regulær tysk militærtjeneste.

Alting var stadig rationeret, men der skete hele tiden små mirakler, der fik os til at forstå at krigen var forbi. Tyskerne havde påbudt de danske biografer kun at spille tyske eller svenske film, altid med en meget vinklet filmjournal som indledning. De fleste boykottede de tyske film ved at se de svenske med Nils Poppe og Edvard Persson om og om igen. Nu fik vi lov til at se alle de vidunderlige amerikanske film - i farver. En helt ny verden åbnede sig for os med

en ny mode, og en ny måde at leve på. Men vi kunne dog ikke følge nogen af delene endnu. Vi startede med at ryge, tygge tyggegummi og se sofistikerede ud som Rita Hayworth og lade håret hænge ned over det halve ansigt som Veronica Lake. Senere kom alle krigsfilmene med engelske og amerikanske krigshelte og dumme, letlurede tyske skurke, som alle talte flydende engelsk uden accent. Vi slugte det hele råt og nød det i fulde drag. Flere af mine skolekammerater, der havde familie i Amerika, fik Amerika-pakker. Pludselig optrådte de i det vidunderligste tøj. I cardigansæt, bluser og jakker af ukendte materialer og i de skønneste pastelfarver. Og i madpakken havde de rosinmadder!

Fortsættelse følger

Kryds & Tværs

Løs opgaven og vær med i lodtrækningen om en præmie.

Klip flappen af med løsningsordet, dit navn og bolignummer og aflever det (eller bed et personale gøre det) til Aktivitetscentret senest søndag den 26. april 2026.

Kan lægges i den røde postkasse på aktivitetscentergangen. God fornøjelse!

				32 DEL AF LEGEMSD DEL LAND I EU-ROPA BE-VÆGE S - M	PLØRE 1	3 FLÆN-GE 2	9 ÷ n GISNE BÆLG-FRUGT KÆR-TEGNER	
				3 BAJER MEGET VRED				
			5 VID-UNDER SUK BAJER MEGET VRED					
	HUR-TIG FISK 	BEFA-LIN-GER GØGLER					NEMT SID-STE 6 - 5 DET ØVRIGE	
							6 FLOK SEND IND OG VIND	
	7 FLINK 		8 KIGGE BAGE-MIDDEL	9 		BLIVE ENIGE TVÆR 10		IKKE UNDER
	SNAVS I SKØR-STEN 	ALENE 		10 DYR 				
			IDET 				STOK RØG	
	11 RUST PÅ KOBBER 					SNUR-RE RUNDT 		
	HÆR-FØRER 						12	



Løsning på kryds & tværs i april:

Navn:..... Bolignr.:.....

Kommende arrangementer og andet info:

Underholdning med Mads:

Torsdag den 9. april: A1 kl. 13:00 A2 kl. 13:30 A3 kl. 14:00 A4 kl. 14:30

Tirsdag den 21. april: B1 kl. 13:00 B2 kl. 13:30 B3 kl. 14:00 B4 kl. 14:30

Besøgshunden Falcon i A-huset: 9/4: A1 16/4: A2 23/4: A3 30/4: A4 kl. 11.00

Besøgshund Buddy på B2 v. elevatoren: 13.-20.-27. april kl. 10.30

Samvær med frivillige fra Ældresagen (Helle, Oliver og Dan)

7/4: B3 14/4: B4 21/4: A4 28/4: A1 Kl. 14 – 15.15

Plantedage i festsalen: 6. + 7. maj kl. 9.30 – 12.00 begge dage

Husets fødselsdag: 21. maj kl. 13-15

Royal Run i parken: 26. maj kl. 10-12

Sommerfest i parken: 13. juni kl. 11-14:30

Sankt Hans fest: 23. juni kl. 17:30

Hjortsprings bestyrelse



Anders Børresen (formand)

P946suf@gmail.com



Asta Poulsen (næstformand)

janogasta@gmail.com



Irene Vous

i.vous@yahoo.dk



Susanne R. Hansen

risum.ramsoeholm@gmail.com



Helle Block Andersen

p895@kk.dk



Ronnie Lundsgaard Hansen

ZE0X@kk.dk

Hørevejlederen kommer

Mandag den 13. april i Aktivitetscentrets køkken

For beboere i A-huset

Få rensset og vedligeholdt dine høreapparater.

Husk at medbringe:

- Høreapparat
- CPR-nummer er vigtigt
- Tag tilbehøret til høreapparaterne med
 - For eksempel: Fjernbetjening, filtre, domes/tipper



M.F.TØJSALG

FLEMMING ROSENDAHL - FELDBORGVEJ 23 - 2770 KASTRUP TLF: 32524440
MOBILTELEFON: 20927614

Jeg kommer og viser et udvalg af

Dametøj og Herretøj til billige priser!

Til damerne tilbydes:

Bukser

Strik

Skjortebluser

Nederdele



Til Herrerne tilbydes:

Skjorter

Strik

Bukser

Sokker



Flemming besøger jer:

Tirsdag den 28. marts kl. 10-12

Ved den Blå Plads, stueetagen i A-huset

Ændring i måltider på Hjortespring

På Hjortespring har vi arbejdet med resultatet af brugerundersøgelsen 2025. Særlig spørgsmål omkring stemning ved måltiderne har optaget os. I 2024 svarede beboerne, der deltog i undersøgelsen, at der var en tilfredshed med stemningen på gennemsnit 3,8.

I 2025 var tilfredsheden i gennemsnit 3,3.

Da vi gerne vil udvikle og forbedre os, har vi, efter dialog på beboermøderne, besluttet, at arbejde målrettet på at få en hyggelig stemning omkring måltiderne.

Vi vil gerne højne stemningen, så måltiderne bliver hyggelige. Det mener vi, at vi kan gøre ved at skabe rolige rammer, hvor omgivelserne, lyset og det sociale samvær prioriteres højt.

Vi vil derfor i en forsøgsperiode fra 13. april -13. juni bytte om på måltiderne.

Den varme mad serveres kl.12 og

Smørrebrød (med lun ret i weekenden) til aften kl. 17.30/18.

Om dagen har vi i højre grad mulighed for at være til stede omkring det varme måltid med beboerne, og køkkenpersonalet kan stå til rådighed ved spørgsmål eller specialkost.

Efter de 2 måneders prøvetid vil der være evaluering med beboerne, om det har gjort en forskel.



Fodterapeut Lena Papp

Tidsbestilling: Tlf. nr.: 51 78 79 04

Frisør Karina Jørgensen

Tidsbestilling: Tlf. nr.: 60 82 82 14



Aktivitetscentrets program for april 2026

Træningstider i Store Træningssal er på hverdage efter aftale.

On. 1	10-12 10.30-11.30 13.15-15	Bølsjemand v. Inges kontor Strikkeklub i Café Hjorten Banko kl. 13:15 i Café Hjorten (pladesalg kl. 12:45 – 13:15)
To. 2	11-12	Påske lukket
Fr. 3	Påske	Påske lukket
Sø. 5		Gåtur B2 kl. 13
Ma. 6		Påske lukket
Ti. 7	10-12 10.30-11.30 13 13-15 13-15 14-15.15	Sandra A4 Læsegruppe i AC's køkken Whistklub i Cafe Hjorten Gudstjeneste Sandra A2 Ældresagen B3
On. 8	10.30-11.30 13.15-15	Strikkeklub i Café Hjorten Banko kl. 13:15 i Café Hjorten (pladesalg kl. 12:45 – 13:15)
To. 9	11-12 13-15	Besøgshund A2 Mads i A-huset
Fr. 10	10.30-11.30 13-14.30	Siddende gymnastik Fredagsbar i Cafe Hjorten
Ma. 13	10-12 10-11.30 11-12 13-15 13-15 14-15	Malene B3 Hørevejleder for A-huset's beboere i Aktivitetscentrets køkken Besøgshund B2 V/Henriette Malene B4 Foredrag om øllets historie V/Allan Mylius MED TILMELDING Skakklub i ACs køkken
Ti. 14	10-12 10.30-11.30 13 13-15 14-15.15 16-18	Krea B1 V/Henriette Læsegruppe i AC's køkken Whistklub i Cafe Hjorten Sandra A4 Ældresagen B4 Ølsmagning og grill pølser V/ Billard bordet MED TILMELDING
On. 15	10.30-11.30 13.15-15	Strikkeklub i Café Hjorten Øl-Banko kl. 13:15 i Café Hjorten (pladesalg kl. 12:45 – 13:15)
To. 16	11-12 13-15	Besøgshund A3 Biograf i festsalen "Martha" inkl. popcorn
Fr. 17	10-12 10.30-11.30 13-15 13-14.30	Henriette besøger B1 Siddende gymnastik v/Malene i lille træningssal Henriette besøger B2 Fredagsbar i Festsalen med musik v/Thopper
Sø. 19		Gåtur B3 kl. 13
Ma. 20	10-12 11-12	Malene B3 Besøgshund B2 V/Henriette

	13-15 13-15 14-15	Malene B4 Filmklub V/Sandra i Cafe Hjorten Skakklub i AC's køkken
Ti. 21	10-12 13-15 14-15.15	Krea B2 V/Henriette Mads i B-huset Ældresagen A4
On. 22	10.30-11.30 13.15-15	Strikkeklub i Café Hjorten Banko kl. 13:15 i Café Hjorten (pladesalg kl. 12:45 – 13:15)
To. 23	11-12	Besøgshund A4
Fr. 24	10-12 10.30-11.30 13-15 13-14.30	Henriette besøger B2 Siddende gymnastik v/Malene i lille træningshal Henriette besøger B1 Fredagsbar i Cafe Hjorten
Ma. 27	10-12 11-12 13-15 13-15 14-15	Malene B4 Besøgshund B2 V/ Henriette Malene B3 Filmklub i Cafe Hjorten Skakklub i AC's køkken
Ti. 28	10-12 10-12 10.30-11.30 13 14-15.15	Krea B3 V/Henriette Tøjsalg på den blå plads Læsegruppe i AC's køkken Whistklub i Cafe Hjorten Ældresagen A1
On. 29	10.30-11.30 13.15-15	Strikkeklub i Café Hjorten Banko kl. 13:15 i Café Hjorten (pladesalg kl. 12:45 – 13:15)
To. 30	11-12 13-15	Besøgshund A1 Mads i A-huset

Kontakt til Aktivitetscentret: Malene: 82562492 / Henriette: 82562495 / Sandra: 82562493





KOSTPLAN FOR APRIL 2026 HJORTESPRING



Dag	Dat	Hovedret	Sovs	Tilbehør	Biret
Ons	01	Krebinetter		Kartofler, stuvet blomkål	Stikkelsbærgrød m. mælk
Tors	02	Lammesteg	Sky	Kartofler, broccoli	Tiramisu
Fre	03	Coq au vin	Rødvin	Krydder kartofler, grøn blanding	Panna cotta m. bærcolis
Lør	04	Hamburgerryg		Kartofler, stv. spinat, carotter	Pæretærte m. skum
Søn	05	Kylling pikant		Ris, bønner	Baileys is m. vafler
Man	06	Gullasch		Kartoffelmos, surt	Hindbær/solbærgrød m. fløde
Tirs	07	Citronbagt sej Med hvidkål	Hollandaise	Kartofler	Hvidkålssuppe m. brød
Ons	08	Græsk farsbrød	Tomat	Kartofler, tzatziki	Skyrdessert
Tors	09	Persille kylling	Persillesky	Kartofler, broccoli	Kokos/lime suppe
Fre	10	Hakkebøf, løg	Løg	Kartofler, blomkål	Maizenagrød, kanelsukker
Lør	11	Kødboller i	Selleri	Kartofler, ærter	Muldvarpeskud
Søn	12	Mørbradgryde		Kartoffelmos, blomkål	Abrikosmousse
Man	13	Millionbøf		Pasta, gulerødder	Råsyltede rabarber, råcrem
Tirs	14	Brændende Kærlighed		Kartoffelmos, rødbeder, persilledrys	Rådhuspandekager
Ons	15	Stegt Sej m. feta/ spinat	smør	Kartofler, Grønsagsblanding	Ymerris m. saftsauce
Tors	16	Kylling i karry		Ris, peanuts, ristet kokos	Is m. vafler
Fre	17	Fisk m. topping	Dild	Kartofler, råkost	Belgiske vafler med skum & syltetøj
Lør	18	Paprikagryde		Kartofler, broccoli	Rabarbermousse m. skum
Søn	19	Nakke stegt som vildt	Svampe	Kartofler, surt	Kokos/æbletærte m. creme fraiche
Man	20	Koteletter i fad	Paprika	Ris, salat	Rødgrød m. mælk
Tirs	21	Forloren and	Sky	Ovnstegte kart, mormorsalat	Karry-blomkålssuppe
Ons	22	Tarteletter		Stv. Ærter, gulerødder, skinke	Fløderand m. saftsovs
Tors	23	Stegt Lever, løg	Løg	Kartofler, surt	Tomat/gulerodssuppe
Fre	24	Flæskesteg	Sky	Kartofler, rødkål	Hyldebærsuppe, tvebakker
Lør	25	Frikadeller	Stv. hvidkål	Kartofler, surt	Tyttebærris
Søn	26	Kogt Kalvetykkam	Peberrod	Kartofler, rosenkål	Pistaciefromage
Man	27	Wienerpølser		Varm kartoffelsalat, sennep	Abrikosgrød m. mælk
Tirs	28	Karrygryde		Mynteyoghurt, focaccia brød	Hindbær skyr dessert
Ons	29	Blomkålsgratin	Smør	Gulerødder	Vaniljebudding, kirsebærsauce
Tors	30	Skinkeculotte		Flødekartofler, salat	Henk. Ferskner, makronskum

Med forbehold for ændringer