

Tingbjerghjemmet

Tingposten

Juli 2026

Månedssblad for Tingbjerghjemmet 16. årgang nr. 7



**ROYAL
RUN '26**

Bladet kan også læses på vores hjemmeside
boligertilaeldre.kk.dk/plejehjem/tingbjerghjemmet

Kære Alle



Sommeren er over os, og dagene er lange, lyse og lune. Træerne står grønne, og blomsterne blomstrer, og mange af os nyder at kunne komme ud og mærke varmen og høre fuglene synge.

Personalet står på spring for at gå på en velfortjent sommerferie, og det betyder også, at i de næste 5 til 6 uger vil I mærke, at jeres faste personale er erstattet af søde, dygtige ferieafløsere, som jeg håber, I vil tage godt imod, så vi alle får en god sommer.

Sommeren kan også for mange bringe minder frem, måske tænker I tilbage på traditioner, som I havde med jeres familie, for minder er en vigtig del af vores liv og kan give anledning til gode samtaler og smil.

Jeg vil ønske alle beboere, pårørende og i særdeleshed ALLE medarbejdere en dejlig sommer fyldt med gode stunder, nærvær og glæde. Lad os nyde de lyse dage og sammen skabe nye minder.

Rigtig god sommer.

Jette

Fødselsdage i juli og august

Kære fødselarer!

Hjertelig tillykke med fødselsdagen - vi ønsker jer en rigtig dejlig dag!

Anne Binzer Sørensen, 2. sal	2. juli
Jens Peter Hasling, 1. sal	10. juli
Lene Pedersen, 2. sal	24. juli
Bente Sandholdt, 2. sal	29. juli
Vagn Aage Nielsen, Stuen	9. august



Vi byder velkommen til:

Vi har ikke budt nye beboere velkommen i juni

Vi har sagt farvel til:

Vi har ikke sagt farvel til beboere i juni

Royal Run for fuld udblæsning!


Som det også ses på forsiden af dette nummer, var der virkelig fart på Royal Run, som Tingbjergghjemmet afholdt for 3. år i træk! Endnu engang en stor succes med opbakning fra masser af beboere og personale.



Med lange, seje skridt vandt Susanne den første rollator-distance i stærk stil foran sine konkurrenter, der også gav den fuld gas!

Thorben lavede hattrick, da han for 3. år i træk kunne bryste sig af at vinde den distance, der blev gennemført uden hjælpemidler.



Johnna var flyvende, da hun som den første nåede målstregen i den anden rollator-distance. 

Den er god nok! Birgit skulle lige teste, at medaljen var lavet af ægte sølv-karton. Selvfølgelig var der medaljer til alle. 



Så blev det tid til den store 100 m finale, hvor 4 stærke mandlige beboere stillede op, godt bakket op af 4 skarpe medarbejdere!



Bjarne vandt løbet, da den formstærke Cenar drønede ham over målstregen.
... og selvfølgelig kan man også vinde et løb, selvom man har en smøg i hånden 😊

Det øvrige kørestols-felt kæmpede bravt, og figther-viljen lyste ud af alle deltagere!

Flot så det ud, da beboerne fik et velfortjent hvil, kolde drikke og snacks. Tak til alle deltagerne, også til dem der kom og heppede!



Solsikker udsmykning

Et nyt fint billede af de smukkeste solsikker pryder nu vores årstidssøjle i Aktiviteten. Beboerne havde travlt og var meget koncentrerede om den kreative opgave!



Sømandsfest for fulde sejl



Endnu en dejlig fest fandt sted på Tingbjerg-hjemmet, denne gang med sømandstema. En fest fyldt med højt humør, sang, sjov og masser af livsglæde.

Stine & Martin bød som altid på forrygende underholdning, og stillede selvfølgelig op i matrostøj!



Øverst: Anne hyggede sig med sin søster. Nederst har Vesla selskab af sin søn og en ven af familien.





Som sædvanlig
havde Martin gang
i spas og drillerier.
Her er det Birgit
og hendes
barnebarn der
bliver 'ofre' 😊

Til venstre
nyder Karen
at feste
med sin
datter.





Stine er en
dejlig dame, og
det kunne Bent
ikke stå for, og
fik en herlig
svingom!



Feline nød at
have sin datter
med til fest.





Øverst: Mon ikke Bente og Arne synger 'Ohøj'? 😊

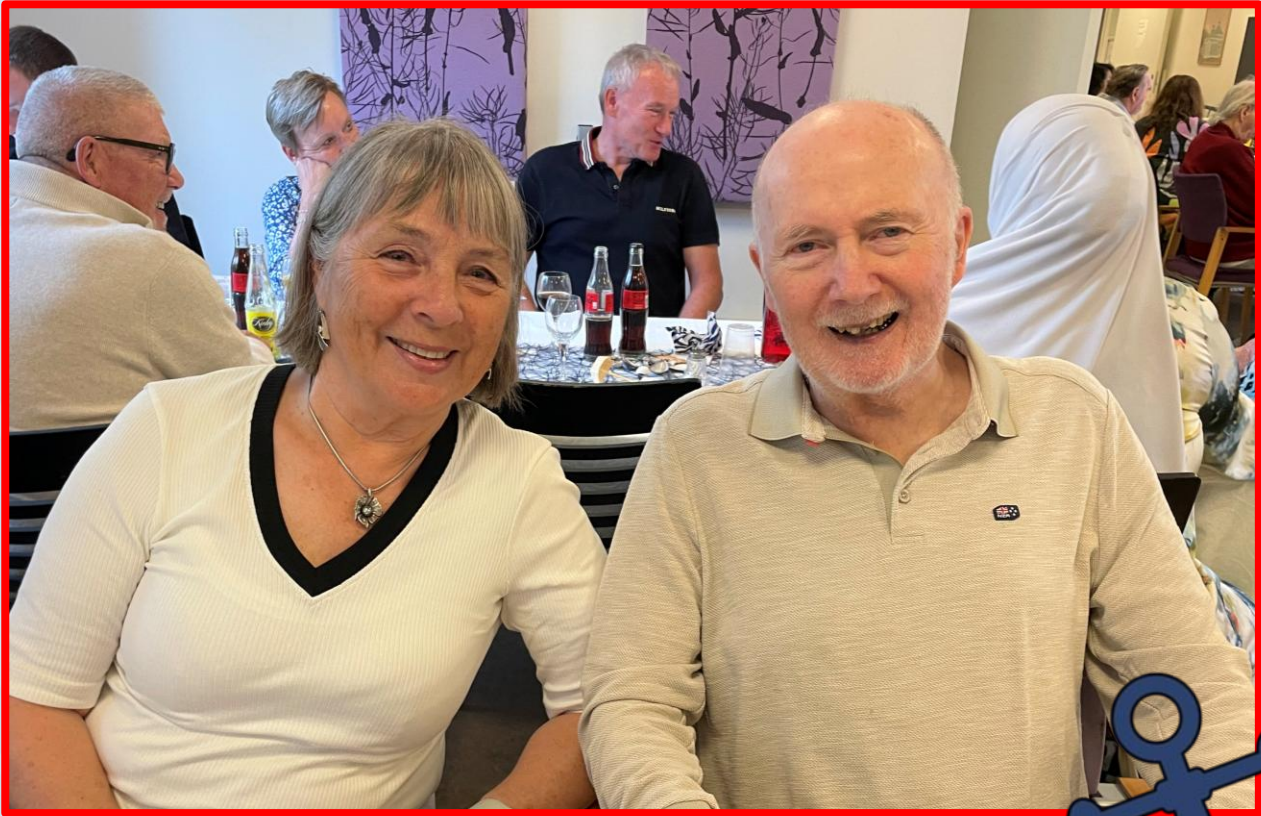
Til højre: Susannes ansigtsudtryk siger det hele - det er dejligt at feste med sin familie.





Øverst: Iført kække matroshatte havde Michael det rigtig sjovt med sin bror.

Til venstre: Der er ingen tvivl om, at Esther og hendes søster er glade for hinanden.



Øverst: Carsten og hans kone nyder altid at være med til fest på Tingbjerg-hjemmet.

Nederst: Rigmor og Vibeke var i højt humør!





**Øverst: Stine
charmerer Annabeth
med sin sang.**



**Til højre: Tak til
Stine & Martin for
at skabe så meget
glæde til vores
fester.**



Interview og dåsekast



Beboerne havde besøg af de sødeste børn, der interviewede beboerne, og spillede dåsekast med dem bagefter. Tak for besøget 😊



Dejlig musik eftermiddag



Københavns Kommune har givet plejehjemmene nogle musikbesøg, og det havde beboerne stor glæde af, da musiker Jens Jepsen kom med sin guitar og underholdte med sange og små hyggelige historier. En skøn eftermiddag!



Kolde isvafler i varmen

Så var det igen årstid til besøg af vores helt egen isbod, som bød på hjemmelavede isvafler med mange forskellige slags is, flødeskum, syltetøj og flødebolles! Et stort hit i varmen ☺



Bustur til Strandvejen



Når solen skinner er det bare vidunderligt at køre en tur langs Strandvejen, og beboerne blev bestemt ikke skuffede. Med på tur var Vagn, Susanne, Rosa, Conny, Esther og Bjarne.



Bustur til Raadvad, Dyrehaven



Raadvad i Dyrehaven er altid et besøg værd, og det er skønt at se den mere vilde natur. Vi var også så heldige at spotte et rådyr, der græssede på en eng. En dejlig tur med mange fine oplevelser.





Byens Bedste Brunch!

Et fantastisk nyt initiativ fra køkkenet, som en formiddag i juni bød på den bedste brunch. Med et overflødighedshorn af lækre retter spiste beboerne mere mad end vi længe har set 😊 Ingen tvivl om, at det var et kæmpe hit!



Madplan Juli

	Dag	Hovedret	Biret
1	onsdag	Fyldig spinattærte med feta og frisk grøn salat med mormordressing	Maskeret blomkål med rejer
2	torsdag	🇩🇩 Anne, 2 sal Spaghetti bolognese med hvidløg og basilikum, hertil parmesandrys	Gambas al ajillo -Hvidløgsrejer med flutes
3	fredag	Hakkebøffer med bløde løg, kogte kartofler, sauce og dampet grøntmix	Ymerfromage med hindbærsauce
4	lørdag	BBQ-spareribs med kold kartoffelsalat	Cheesecake med blåbær
5	søndag	Hønsfrikasse med sommergrønt, kogte kartofler og persille	Jordbær med fløde
6	mandag	Paneret flæsk med persillesauce, kogte kartofler og råkostsalat	Æblegrød med mælk/fløde
7	tirsdag	Tarteletter med høns i asparges	Hindbær koldskål med kammerjunkere
8	onsdag	Kyllingedeller med skysauce, kogte kartofler og grillet grøntsager	Rabarbergrød med mælk/ fløde
9	torsdag	Beluga-bolognese med pasta og parmesan	Melon med lufttørret skinke
10	fredag	🇩🇩 Jens, 1 sal Bagt laks med hollandaise, kogte kartofler og smørstegte ærter	Is med vafler
11	lørdag	Paprikagryde med kylling og bacon, kogte kartofler og dampede broccoli	Ymerfromage med blåbærsylt
12	søndag	Skipperlabskovs med syltede rødbeder og purløg	Henkogt ananas med råcreme
13	mandag	Krebinetter med stuvet sommergrønt og kogte kartofler med persille	Bagte rabarber med vaniljeis
14	tirsdag	Fiskefilet med pomme frites, agurkesalat og remoulade	Aspargessuppe med kødboller
15	onsdag	Græske frikadeller med stegte kartofler, skysauce og tomatsalat med feta og oliven	Stikkelsbærgrød med mælk/ fløde
16	torsdag	Blomkål/ broccoligratin med skinke og grøn salat med nektariner	Tunmousse på flutes
17	fredag	Svensk pølseret med purløg	Kirsebærfromage

18	lørdag	Ovnstegte kyllingelår med cremet pastasalat	Rødgrød med mælk/ fløde
19	søndag	Gl. Dags revelsben, med kogte kartofler, skysauce og agurkesalat	Syltede blommer med vaniljeis
20	mandag	Medister med stuvet porre, kogte kartofler og syltede rødbeder	Tomatsuppe med osteflutes
21	tirsdag	Smørstegt fisk med persillesauce, kogte kartofler og dampede grønne bønner	Jordbærgrød med mælk/ fløde
22	onsdag	Kogt skinke med flødekartofler og dampede gulerødder	Rabarbersuppe med is og jordbær
23	torsdag	Kyllingefarsbrød med persille og peberfrugt, ovnstegte kartofler, paprikasauce og dampede ærter	Moccafromage
24	fredag	 Lene, 2 sal	
25	lørdag	Æggekage med bacon, tomat og purløg	Kakaobudding med flødeskum
26	søndag	Hamburgerryg med stuvet ærter og gulerødder, kogte kartofler med persilledrys	Pandekager med syltetøj
27	mandag	Frikadeller og kold kartoffelsalat med asparges og radiser	Koldskål med kammerjunkere
28	tirsdag	Grøntsagsomeletter med kartoffel, ost, tomat og basilikum	Blomkålssuppe med stegt bacon
29	onsdag	 Bente, 2 sal Forlorenhare med kogte kartofler, brun sauce, ribsgele og surt	Citronfromage
30	torsdag	Boller i karry med ris/ kartofler og dampede broccoli	Abrikosgrød med mælk/ fløde
31	fredag	Fiskefrikadeller med urtesauce, kogte kartofler og dampede gulerødder	Tiramisu

Kageplan Juli

	Dag	Kageplan
1	onsdag	Blåbærkage med toscifyld
2	torsdag	■ Anne, 2 sal Jordbærkage
3	fredag	Småkager
4	lørdag	Kokostoppe
5	søndag	Valnøddekage
6	mandag	Vandbakkelse med cremefyld
7	tirsdag	Boller
8	onsdag	Banankage med kaffe/kakaofrosting
9	torsdag	Gulerodsroulade
10	fredag	■ Jens, 1 sal Lagkage
11	lørdag	Brownie med peanutbutter og kokostopping
12	søndag	Wienerstang
13	mandag	Silviakage
14	tirsdag	Boller
15	onsdag	Appelsinkage med chokolade
16	torsdag	Pain Suisse
17	fredag	Småkager
18	lørdag	Citronmuffins med birkes
19	søndag	Den du ved nok
20	mandag	Brombærkage med kokosmarerengs
21	tirsdag	Småkager
22	onsdag	Kanelgifler
23	torsdag	Scones med hytteost og blåbær
24	fredag	■ Lene, 2 sal
25	lørdag	Romkugler
26	søndag	Pund til pund med nødder og bær
27	mandag	Svampet squashkage med lime ostecreme
28	tirsdag	Peanutbutter fudge blondies
29	onsdag	■ Bente, 2 sal Lagkage
30	torsdag	Boller
31	fredag	Småkager

Tingbjerghjemmets bestyrelse samt ledelse

Formand: Helle Jørgensen

Næstformand: Mary Toth

Sekretær: Lillian Hellum

Øvrige bestyrelsesmedlemmer: Rita Tjell Langeland

Forstander: Jette Riis

Tlf.: 8256 0000, mobil: 2619 2036, e-mail: G442@kk.dk

Afdelingsleder Stuen: Susanne Rimmer

Tlf.: 8256 6001, e-mail: LR34@kk.dk

Afdelingsleder 1. sal: Delilah Aldridge Larsen

Tlf.: 8256 6002, e-mail: AE33@kk.dk

Afdelingsleder 2. sal: Gitte Lehmann

Tlf.: 8256 6003, e-mail: VN46@kk.dk

Tingbjerghjemmets værdier

På Tingbjerghjemmet lægger vi vægt på at:

- Alle har en følelse af at høre til
- Dialogen i huset er nærværende
- Alle tager et aktivt fagligt medansvar for livets gang på Tingbjerghjemmet

Fodterapeut: Mette, tlf.: 2225 7374

Kontakt personalet for tidsbestilling. Der kan betales med MobilePay.

Frisør: Karina, tlf.: 6082 8214

Kontakt personalet for tidsbestilling. Der kan betales med MobilePay.

Indlæg til Tingposten

Vi modtager meget gerne indlæg fra både beboere, pårørende og personale, så Tingposten kan blive rigtig god. Indlæg sendes - helst pr e-mail - til forstander Jette Riis (G442@kk.dk) senest den 25. i måneden.

Kontakt:

Tingbjerghjemmet

Midtfløjene 1

2700 Brønshøj

Tlf.: 8256 6000

E-mail: g442@kk.dk



Det er vigtigt for os, at vi sammen skaber trygge og stabile rammer for dig, så du føler dig hjemme på Tingbjerghjemmet.