



Ryholtgård Nyt

**August
2026**

Husets informationer

Plejehjemmet Ryholtgård
82 32 52 00
Rymarksvej 23
2900 Hellerup

Køkken- og serviceleder
Ninna D. Badenholt
Mail: gi7j@kk.dk
Tlf: 82 32 52 00

Forstander
Teresa Rousing Oberländer
Tlf. 82 32 52 00
Mail: Fb4z@kk.dk

Afdelingsleder 2. sal og 3. sal
Sabina Abieva
Mail: c38n@kk.dk
Tlf: 82 32 52 00

Frisør
Kristel Andersen
tirsdag kl. 10 - 17
tidsbestilling telefonisk
Tlf. 28 85 66 41
mobilePay: 26 81 77

Afdelingsleder stuen & 1. sal
Trine Willems
Mail: V71P@kk.dk
Tlf: 82 32 52 00

Aktivitetsteam:
Pia tlf : 21 29 87 11 Aq1m@kk.dk
Kirsten tlf: 21 29 46 35 Lg1v@kk.dk

Ansvarshavende kan kontaktes på
82 32 52 00

Pårørende kan finde elektronisk version af
Ryholtgård Nyt på hjemmesiden her:





Teresa, forstander



Trine, afdelingsleder stuen og 1.sal



Sabina, afdelingsleder, 2. og 3.sal



Ninna, køkken- og serviceleder

'Engen er nu gyldengul af tunge kabbelejer, søndenvinden byder op, og dueurten nejer.

Ræk mig en forglemmigej og sidst en krusemynte, sådan slutter vi vor leg så glad, som den begyndte'

'Nu er dagen fuld af sang' af Jeppe Aakjær, 1906



Kabbelejer



Dueurt



Forglem-mig-ej



Krusemynte

Kære beboere og pårørende,

Jeg håber, I har haft en god sommer indtil nu. Sommeren er ikke slut endnu og vi har stadig mange gode stunder til gode, inden efteråret melder sin ankomst. Vi har haft meget varme perioder af og til og forsøgt at gøre det lidt mere tåleligt med blæsere, sodavandsis og kolde drikke.

Forsommeren bød på dejlige busture; til Vedbæk havn og til Rungstedlunds have. Sensommerens busture er så småt ved at blive planlagt, så det hører I mere om.

Vores nye telefoner og kaldeanlæg er taget i brug. Meget fungerer rigtig godt, men der er også tekniske udfordringer med især at få vores afløsere og vikarer på telefonerne. Vi arbejder på at få forbedret det der kan forbedres. Når I skal ringe til Ryholtgård, skal I ringe på hovednummeret 8232 5200. Vi er stadig ved at gøre os erfaringer med hvilke

omstillingsmuligheder der fungerer bedst, og tilpasser efterhånden som vi bliver klogere.

I august får vi musik til fredagsisen, når vi mødes til ishus d. 7. august, hvor Louise og Kristian spiller koncert. Ishus fortsætter om fredagen frem til d. 28. august.

Traditionen tro får vi glæde af Københavns kommunes musikfestival tirsdag d. 25. august, hvor der vil være koncert både kl. 10.30 og igen kl. 13.30. Alle pårørende er også meget velkomne til at deltage. Vi mødes udenfor foran Ryholtgård i forhåbentlig dejligt solskinsvejr.

Til september vil der som noget nyt blive afholdt 'tøjsalg' for jer beboere på Ryholtgård i Multisalen. Vi har lavet aftale med en tøjsælger, som kommer søndag d. 6. september om eftermiddagen. Hvis det bliver en succes, vil vi gerne tilbyde det et par gange om året.

Efterårets *pårørendemøde* bliver d. 27. oktober og I modtager en invitation på mail om det, når vi nærmer os. Vi inviterer til efterårets *beboermøder* på etagerne, når vi kender datoerne og der vil komme opslag op om det.

Hverdagen på Ryholtgård går ellers sin vante gang. For tiden med afholdelse af sommerferie for det faste personale på skift.

Tak for altid gode snakke, jeres interesse og opbakning, når vi mødes. Både til jer beboere og pårørende.

Med ønsket om en rigtig god sensommer.

De bedste hilsner Teresa, Forstander

En god dyrehistorie

Galdebjørne får nyt liv i Danmark.

Seks asiatiske **sortbjørne**, der har levet hele livet i små bure på sydkoreanske bjørnefarme, flyttes nu til Knuthenborg Safaripark.

Det bliver første gang nogensinde, at tidligere galdebjørne kommer til Europa.

Ved årsskiftet forbød Sydkorea galdebjørnefarme og satte derved punktum for en industri, hvor bjørne blev holdt fanget for at udvinde galde til traditionel medicin. En gammel tradition.



I Knuthenborg venter et 23.000 kvadratmeter stort naturanlæg. Her får bjørnene for første gang mulighed for at bevæge sig i naturlige omgivelser og udleve mere af deres naturlige adfærd. Og bade.

Flytningen sker som led i en international redningsindsats mellem blandt andet dyrenes Beskyttelse og Knuthenborg Safaripark.

Aktivitetskalender og menuplan

Aktivitetskalender august 2026

lør 1. aug Kirsten ferie		Ingen aktiviteter
søn 2. aug Kirsten ferie	Kl 14:30-16	Quiz, musik og hygge i salen el. haven/Pia
man 3. aug Uge 32 Kirsten ferie	Kl 11 Kl 14:30-16	Individuelle Aktiviteter/ Pia + Maria Sommersang på 3.sal/Pia
tir 4. aug Kirsten ferie 	Kl 11:00 Kl 14-15	Stolegymnastik i Multisalen (lukket hold) /Pia Individuelle Aktiviteter/Gåtur/haven/Pia
ons 5. aug Kirsten Ferie	Kl 10-12	Vi besøger vuggestuen el. går tur/Pia + Maria

tor 6. aug Kirsten ferie 	Kl 14-16 Kl 19-20	Individuelle Aktiviteter/Pia Klassisk Musik Aften på 2.sal/Pia
fre 7. aug Kirsten ferie  KONCERT	Kl 10-12 Kl 13-14:00	Gåture og 1:1 aktiviteter Ishus i forhaven /Pia og Solveig Koncert i haven med Louise og Kristian Se side 26
lør 8. aug Kirsten ferie		Ingen aktiviteter
søn 9. aug Kirsten ferie		Ingen aktiviteter
man 10. aug Uge 33 Pia fridag	Kl 10-12 Kl 15:00-18 Kl 18:45	Individuelle Aktiviteter/ Maria Wellness 1. sal /Kirsten Underholdning i stuen /Kirsten
tir 11. aug 	Kl 11 Kl 14-15 Kl 15:00-18 Kl 18:45	Stolegymnastik i Multisalen (lukket hold) /Pia Individuelle Aktiviteter/Gåtur/haven/Pia Wellness 3. sal /Kirsten Oplæsning på 2. sal eller aftentur
ons 12. aug	Kl 10:00 Kl 10-12 Kl 13:30- 15	Besøg i huset /Kirsten Møde m konsulent/Pia + Maria Ture ud m. m. /Kirsten
tor 13. aug  	Kl 11:00 Kl. 14-16 Kl 19-20	Stolegymnastik i Multisal (lukket hold) /Kirsten Individuelt /Kirsten Individuelle aktiviteter/Pia Klassisk Musik Aften på 2.sal/Pia
fre 14. aug	Kl 13:00-14:00	Ishus i forhaven /Pia, Maria, Solveig og Anne
lør 15. aug		Ingen aktiviteter
søn 16. aug		Ingen aktiviteter

man 17. aug Uge 34 Pia ferie	Kl 15:00-17 Kl 18:45	Neglesalon i stuen /Kirsten Oplæsning på 1. sal /Kirsten
tir 18. aug Pia ferie	Kl 14:30 Kl 16-18:00 Kl 18:45	Gudstjeneste 1. sal med præst og organist fra Lundehus kirken /Kirsten Wellness 2. sal /Kirsten Oplæsning eller musik 3. sal
ons 19. aug Pia ferie		Ingen aktiviteter
tor 20. aug  Pia ferie	Kl 11 Kl 13:30	Stolegymnastik i Multisal (lukket hold) /Kirsten Ture ud i park og have /Kirsten
fre 21. aug	Kl 13:00-14:00 Kl 14-15:30	Ishus i forhaven /Kirsten, Solveig og Anne Ture udenfor /Kirsten
lør 22. aug		Ingen aktiviteter
søn 23. aug	Kl 14:15 Kl 16:30-17:30 Kl 18:45	Ture ud/Kirsten Fælles aktivitet. Se opslag /Kirsten Oplæsning 1. sal /Kirsten
man 24. aug Uge 35	Kl 11 Kl 14:30-16 Kl 15-17:30 Kl 18:45	Individuelle Aktiviteter/ Pia Sommersang på 3.sal/Pia Wellness 1. sal/Kirsten Underholdning stuen/Kirsten
tir 25. aug KONCERT 	Kl 10:30 Kl 12:00 Kl 13:30 Kl 18.45	Musikfestival koncert nr. 1 læs side 27 Tidlig frokost Festival menu på egen etage Musikfestival koncert nr.2 læs side 27 Oplæsning og hygge på 2. sal /Kirsten
ons 26. aug.	Kl 10-12 Kl 10:30-12:00	Vi besøger Vuggestuen el. går tur/Pia + Maria Besøg i huset /Kirsten

	Kl 13:30	Ud at gå eller køre i parken /Kirsten
tor 27. aug  	Kl 11 Kl 13:00-15:30 Kl 14:30 Kl 16 Kl 19-20	Stolegymnastik i Multisal (lukket hold) /Kirsten Besøg i huset /Kirsten Banko 2.sal /Pia + Solveig Banko 3.sal /Pia + Solveig Klassisk Musik Aften på 2.sal/Pia
fre 28. aug	Kl 13-14	Ishus i forhaven /Pia, Maria og Solveig
lør 29. aug		Ingen aktiviteter
søn 30. aug	Kl 14:30-16	Quiz, musik og hygge i salen el. haven/Pia
man 31. aug Uge 35	Kl 11 Kl 14:30-16 Kl 15-18:00 Kl 18:45	Individuelle Aktiviteter/ Pia+ Maria Sommersang på 3.sal/Pia Neglesalon i stuen /Kirsten Oplæsning på 1. sal /Kirsten

*Tjek altid ugeplanen der hænger på alle etagers opslagstavler for ændringer,
aflysninger, etc.*



Menu Plan August 2026

Dag	Dato	Hovedret	Forret/dessert
Lør	1	Skipperlabskovs m. purløg, smørklat og rødbeder	Æblesuppe m. creme fraiche
Søn	2	Kalkuncuvette m. rosmarin hertil maderia-gorgonzolasauce, kartofler og bagte cherrytomater med timian	Vaniljebudding m. saftsauce
Man	3	Hønsekødsuppe med kød-og melboller samt urter hertil flutes	Rabarberkage m. flødeskum
Tirs	4	Millionbøf vegetarisk med kartoffelmos og agurkesalat	Vaniljeis med jordbær
Ons	5	Salat m. tun, æg, rejer og ærter hertil flutes og dressing	Jordbærgrød m. sødmælk
Tor	6	Hakkebøf med bløde løg, skysauce, kartofler og agurkesalat	Æbletærte m. flødeskum
Fre	7	Fisk i fad med rød peber og squash hertil kartofler og hvidvinssauce	Ishus
Lør	8	Boller i karri m. ris og dampet blomkål	Jordbærrabarbermousse m. flødeskumspynt
Søn	9	Kylling i grøn aspargessovs, kartofler og bagte tomater	Blommecrumble m. flødeskum
Man	10	Thailandsksuppe med kokosmælk, grøntsager og kylling hertil topping af ris	Jordbærtrifli
Tirs	11	Stuvet spinat med medister, kartofler og syltede rødbeder	Frugtcocktail m. råcreme
Ons	12	Maskeret blomkål m. æg, rejer, ærter, dressing og flutes	Flødebollelagkage med bær
Tor	13	Stegt lever m. bløde løg, skysauce, asier og kartofler	Ananaskage m. flødeskum
Fre	14	Tarteletter m. høns i asparges	Ishus
Lør	15	Frikadeller m. kartoffelsalat og salat m. majs, ærter og agurk	Rabarbersuppe m. flødeskum
Søn	16	Forloren hare m. vildtsauce, kartofler, ribsgele og asier	Nougatislagkage

Ret til overraskelser forbeholdes

Dag	Dato	Hovedret	Forret/dessert
Man	17	Porresuppe m. kikærter hertil hytteost-topping og brødcroustons	Vaniljeis med jordbær
Tirs	18	Stuvet spidskål m. persilledrys hertil kartofler og frikadeller	Rabarbergrod m. sødmælk
Ons	19	Smørrebrød m. æg, rejer, mayonnaise, kaviar og purløgsdrys Leverpostej m. sky, løg og karse	Ananaskage m. flødeskum
Tor	20	Flødekartofler m. farsbrød og bønnensalat	Jordbærrabarbermousse
Fre	21	Kyllingekødsovs med pasta og salat m. fennikel, edamebønner, radise og dild vendt i olieeddikedressing	Ishus
Lør	22	Ribbensteg med skysovs, kartofler og rødkål	Æbletærte med creme fraiche
Søn	23	Knuste hjerter i flødesauce hertil kartoffelmos og asier	Fersken m. cremesauce
Man	24	Gulerodssuppe m. linser, skyrtopping, solsikkekerner og flutes	Solbær-hindbærtrifli
Tirs	25	Festival Menu	Dessert i haven: Festival is
Ons	26	Laksemousse m. dild og citron på franskbrød	Øllebrød m. flødeskum
Tor	27	Kylling bøf Bangkok m. bulgur og salat m. cherrytomater og bønnespirer	Gl.dags æblekage m. flødeskum og ribsgele
Fre	28	Porretærte med bacon hertil salat med kikærter, agurk, majs, ærter og krydderurtdressing	Ishus
Lør	29	Irsk stuvning m. gulerødder og sommerhvidkål hertil persilledrys og rugbrød	Blommegrød m. sødmælk
Søn	30	Græsk farsbrød m. tzatziki , ovnbagte kartofler og tomat salat m. agurk, feta, oliven, løg og bælgrugter	Kold jordbærsuppe m. tvebakker
Man	31	Karryfersken-suppe med kylling hertil brød	Lun vaffel m. jordbærmarmelade og flødeskum

Oplysninger om allergener kan fås ved at kontakte Køkken-og serviceleder Ninna Badenholt

Ret til overraskelser forbeholdes

Har du nogen sinde besøgt Faxe kalkbrud?



Faxe Kalkbrud er Danmarks største råstofgrav og et 63 millioner år gammelt forstenet koldtvandskoralrev.

Det er et aktivt kalkbrud, hvor man har brudt kalken siden middelalderen og brugt denne til byggesten og nu mere som tilskud i byggematerialer, i glasfremstilling og industrien, - og hvor du i det dramatiske månelandskab med azurblåt vand kan gå på fossiljagt efter hajtænder og koraller.

Kalkbruddet er aktivt og larmende, maskiner bryder stadig kalken fra denne 'guldåre'. Der brydes årligt en halv mill. tons kalk i Faxe kalkbrud. Men der er også kalkårer andre steder i landet.

Bruddet dækker et areal på 150 hektar og er op til 45 meter dybt. Azurblå søer er opstået og farver og stemning er fantastisk, ikke mindst på en varm sommerdag.

Kridttiden. (135 – 65 mill. år siden, blev efterfulgt af Tertiærtiden).

Fortidshavet for 63 mill. år siden var et dybt, koldt hav, der dækkede hele Danmark, og som efterlod fossiler af snegle, muslinger, krapper og koraller. Koraller dannede 'en skov' på havbunden = et koralrev.

Skeletrester og skaller fra disse dyr, (koraller er også dyr), er sunket ned og har dannet denne store mængde af hvidt kalk. Koldtvandskoraller; netop den type koraller i verden, som giver hård kalk.

Kalk har været brugt i Danmark i århundreder til fx kalkning af huse, hvor kalken virker desinficerende og tillader murværket at ånde, til glasfremstilling, papirfremstilling, røgrensning på kraftvarmeværker, til jordforarbejdning og til fx mørtel.

Kalk bruges i dag i industriprodukter.



Det frarådes at bade i de dybe søer, da det kalkholdige vand kan give udslet og kløe

Kirsten tog S-toget til Køge og lokalbanen videre til Faxe Syd og cyklede herfra til Faxe Kalkbrud. En stor oplevelse.



Kender du



SOMMER's
AUTOMOBILE MUSEUM

Civilingeniør Ole Sommer, (1931-2018) drev bilforretning igennem mere end halvtreds år og samlede gennem tiden en række køretøjer og motorer, som bærer præg af hans utilslørede romantiske holdning til bilisme og teknik. Det afspejler sig dels i de sportsprægede vogne fra bilkonstruktørernes mest spændende perioder, nemlig mellemkrigsårene og de første tyve år efter Anden Verdenskrig. Dels i de bilkonstruktioner, han selv skabte på basis af Volvo-teknik og før ham hans far, Erik Sommer, som i 1950 brugte komponenter fra engelske producenter.

Samlingen viser også tilknytningsforholdet til de produkter, som Ole Sommers bilforretning har beskæftiget sig med. Jaguar, som

man importerede i årene 1946 til 1972. Volvo, som firmaet forhandlede fra 1957 indtil afhændelsen til Volvofabrikken i 2002. Endelig marinemotorer som søsterfirmaet Dansk Gardner Diesel importerede fra 1947 til 1993.

Valget af biler er desuden præget af Ole Sommer's ønske om at illustrere den tekniske udvikling og at demonstrere hvorledes vore forfædre allerede for længe siden eksperimenterede med forløbere for mange af den nyere tids tekniske løsninger. Hver enkelt bil er beskrevet med tekniske specifikationer og historiske hovedtræk for den pågældende type og det udstillede eksemplar. Samlingen består af næsten 80 køretøjer, de fleste i køreklar stand, 30 bil-, fly- og marinemotorer samt godt to tusinde modelbiler.



-Tal med Pia, hvis du gerne vil med en tur dertil!



Billeder og fortællinger
fra Cambodja
Pia viser billeder fra
turen til Cambodja i slut august
Søndag d.30.august kl 14:30
I Multisalen

Vi har modne ribs og solbær i haven.



Mange af jer beboere er glade for at smage, når I går forbi.



Ishuskoncert med Louise og Kristian



Pårørende er
MEGET

Velkomne!

Kl 13-14

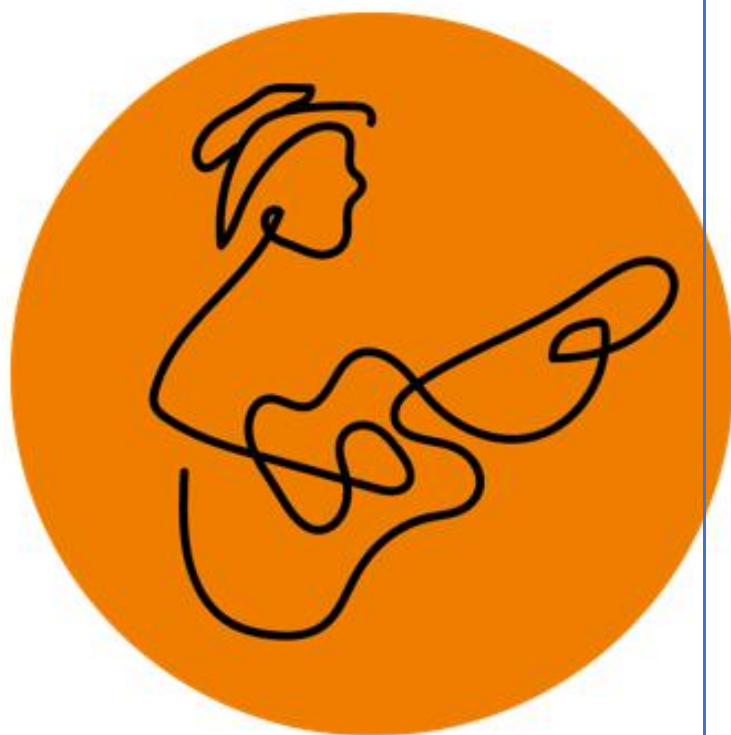
Fredag d. 7. aug
-Kom og syng med



ØSTERBRØ
LOKALUDVALG

Musik festival

Konst og nyhed



Plejehjemmet Ryholtgård

Tirsdag d. 25 august

10.30 - 11.30 Gammel Gas

- Gasolin i nye versioner, stadig med fuld gas

13.30 - 14.30 Det Brune Værtshus

- Værtshussange møder søens folk



Pårørende er

MEGET

Velkomne!

På plakaten:

**Ishuskoncert med Louise og Kristian fredag
den 7. august i haven. (se s. 26)**

Gudstjeneste 18. august på 1. sal

Kl 14.30 m. præst + organist

**Musikfestival afholdes tirsdag den 25. august
Læs mere side 27**

Busture: kontakt Kirsten

Bankospil august

Torsdag d.27.aug.

kl 14:30 på 2.sal for beboere fra 1.+2.sal

kl 16:30 på 3.sal for beboere fra 3.sal + stuen

Sidste ishus afholdes fredag 28.august

Pårørende er ALTID velkomne!