

BispebjergBladet

Nr. 9

september 2026

årgang 18



Foto Thorkild

Går og nyrer en sensommervise...

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:

Aktivitetskoordinator,

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.

Beboermøder:

Se opslag på afdelingerne.

Vi siger hjertelig tillykke til:

Bende V. Nimb, bolig 212, 5/9

Ellen Kristensen, bolig 4, 11/9

Annie Lund, bolig 120, 20/9

Lizzie Mørk, bolig 23, 24/9

Mette Lise Mourier, bolig 10, 26/9

Per Frederiksen, bolig 19, 27/9



RIKKES RUM

31. august 2026

Kære beboere, pårørende og medarbejdere

Sommeren er forbi, og vi byder nu velkommen til sensommeren og efteråret. Det betyder, at vi igen stille og roligt vender tilbage til den velkendte rytme og vores skønne aktiviteter.

Rejsegilde

Torsdag den 3. september kl. 11.30-13.30

holder vi rejsegilde i anledning af, at vi snart kan sætte punktum for den store renovering af huset med brandsikring, ventilation, køkkenrenovering, facadesikring m.m.

Entreprenøren, der har stået for renoveringen, stiller op med både foodtruck, pølsevogn og is-bod. Alle beboere, pårørende og medarbejdere er meget velkomne.

Høstfest

Vi holder igen høstfest

Onsdag den 23. september kl. 18-21

med dejlig mad og underholdning. Også her er alle velkomne. Se mere om tilmelding m.m. inde i bladet.

Pårørendeaften

Vi gentager succesen fra foråret og afholder den halvårslige temaaften for pårørende.

Onsdag den 28. oktober kl. 17-20

Der vil blive serveret aftensmad og kaffe.

Som ønsket vil temaet være: **Livet som pårørende til et menneske med demens.**

At være pårørende til et menneske med demens kan ofte være en følelsesmæssig og krævende opgave. Når sygdommen udvikler sig, kan adfærd, roller og relationer forandre sig, og det kan give anledning til både sorg, afmagt, frustration og savn.

På efterårets temaaften sætter vi derfor fokus på de reaktioner og dilemmaer, der kan opstå i pårørenderollen, og på hvordan man som pårørende kan forstå og håndtere de forandringer, demenssygdommen medfører. Vi ser også på, hvordan man fortsat kan skabe livsglimt og stjernestunder gennem tilpassede aktiviteter og kommunikation.

De bedste hilsner

Rikke

GUDSTJENESTE

Tirsdag 8 september i caféen kl. 14.00



Prædikant er Agnete Veit fra Grundtvigs Kirke.

DER SERVERES KIRKEKAFFE OG KAGE EFTER GUDSTJENESTEN

Der er mulighed for at bestille kirkebil til gudstjenester
i Grundtvigs Kirke

Ring tlf.35815442



(senest fredagen før kl. 12).

Vi siger velkommen til:

Lars Bo Jensen, bolig 17

Mekonnen Istafanos, bolig 14

Harriet Thomsen, bolig 225

Kirsten Vibeke Bjerger, bolig 121

Inge Lise Hoyle, bolig 203

Grete Poulsen, bolig 111

Vi har sagt farvel til:

Carl Pedersen, bolig 111

Latif Mohammad, bolig 201

Villy John Hansen, bolig 105

Præsten har ordet

”Hvad er da et menneske at du husker på det, et menneskebarn, at du tager dig af det?”

I salme 8 i Det gamle Testamente lovpriser salmisten Gud for alt det smukke Gud har skabt o

g må spørge med undren: ”Hvad er da et menneske at du husker på det, at du tager dig af det?” Hvordan kan Gud huske på lille mig, når han skal holde styr på alt det skabte, den store sammenhæng, himlen og alt hvad der findes under den. Er han mig nær? Glemmer han mig? Hører Gud mig, når jeg beder om hjælp? Vi kender måske også til at stille lignende spørgsmål. Når vi bliver trængte kan vi måske endda få den tanke, at Gud slet ikke hører os, eller glemmer os.

I en legende, hvis oprindelse fortaber sig i det uvisse, fortælles det, at patriarken Jakob engang var holdt op med at bede til Gud. Jakob vidste ikke helt hvornår det var kommet dertil; men det var mens han boede hos sin farbror Laban, så det måtte nok være det forår, hvor alle fårene fik tvillingelam, og hvor han måtte gå rundt på marken næsten døgnet rundt for at passe på, at moderfårene ikke nøjedes med at die det ene lam og lod det ligge på jorden uden mad og varme. Ifølge aftalen med Laban havde Jakob ret til en del af de nye lam, og hans hjord voksede år for år. Men jo mere gods og jo flere dyr han fik, jo sværere blev det for ham at finde tid til at bede til Gud.

Jakob undskyldte sig med, at han bestemt ikke havde glemt Gud, og han adlød da også straks da Gud befalede ham at vende hjem til hans eget land.

Tidspunktet passede egentlig også meget godt. Laban var nemlig efterhånden blevet så misundelig på Jakob, at det kunne ende med at blive farligt.

Jakob drog altså afsted. Men da han på hjemvejen fik besked om sin Esau og hans fire hundrede mand, blev han bange og bad igen til Gud: ”Hjælp mig, red mig fra min bror Esau - jeg er bange for ham; han kan komme og slå mig ihjel sammen med mødre og børn”.

Men Gud svarede ikke, og Jakob vidste ikke om hans bøn var blevet hørt.

Og natten kom, og mørket kom, og med den kom også den ukendte og kæmpede med ham på liv og død. Men lige efter kampen, netop som morgenlyset brød igennem og den fremmede forsvandt, hørte Jakob ham sige noget: ”Jeg troede ikke om dig, at du kunne glemme mig” sagde manden.

Og sætningen brændte sig ind i Jakob og han kunne til sin dødsdag huske tonefaldet. Der var ingen bebrejdelse i stemmen. Kun forunderlig sorg: ”Jeg troede ikke om dig, at du kunne glemme mig” Gud troede godt om ham! Og dem der tror godt om én og stoler på én, dem kan man ikke svigte.

Siden bad Jakob til Gud hver dag. De var ikke altid enige, Gud og Jakob og Jakob fik det ikke altid som han ønskede. Men alligevel holdt Jakob aldrig op med at bede.

Er gud lige så afhængig af os, som vi er af ham? Ville Gud være Gud, hvis der ikke var nogen at være Gud for? Bibelens svar er klart. Selvom mennesker glemmer Gud, så glemmer han ikke. Han ser dig, hører dine bønner og vil kæmpe for dig i nattemørket.

Herunder ser du et billede af en bronzefigur fremstillet Rasmus Harboe der forestiller Jakobs kamp. Jakob der kæmper i mørket og velsignes. Den tilhører Grundtvigs Kirke.



- Inge Lise Løkkegaard, præst i Grundtvigs Kirke

En stor fælles indsats for et mere sikkert Bispebjerghjem

Tilbage i 2024 blev det konstateret, at brandsikkerheden på Bispebjerghjemmet ikke var på det niveau, den skulle være. Det blev begyndelsen på et omfattende projekt med ét klart mål: at skabe de bedst mulige og mest tidssvarende rammer for brandsikkerheden – og dermed større tryghed for beboere, pårørende og medarbejdere.

Arbejdet begyndte med en grundig gennemgang af hele plejehjemmet. Alle kroge og hjørner blev undersøgt for at finde eventuelle svagheder i bygningens brandmæssige adskillelser. Herefter gik arbejdet i gang med først at udbedre de forhold, der havde betydning for den grundlæggende brandsikkerhed, og siden med at opgradere installationerne, så forholdene lever op til nutidens standarder.

En stor del af indsatsen har været koncentreret omkring brandadskillelser, ventilationskanaler og røgventilation.

I løbet af projektet er der blandt andet:

- lukket og brandsikret mere end **2.500 huller og gennemføringer**
- brandsikret mere end **250 meter ventilationskanaler**

etableret **røgudsugning på samtlige ventilationsanlæg**

Bag de store tal ligger en omfattende arbejdsindsats og et tæt samarbejde mellem mange forskellige faggrupper. Samtidig har arbejdet skullet gennemføres på et plejehjem i fuld drift.

Det har stillet særlige krav til planlægningen, fordi Bispebjerghjemmet først og fremmest er beboernes hjem. Arbejdet har derfor hele vejen igennem skullet udføres med størst muligt hensyn til beboernes hverdag og til de pårørende, som kommer på hjemmet.

Beboere og pårørende fortjener derfor en særlig tak for deres tålmodighed og forståelse undervejs. Et så omfattende projekt kan ikke gennemføres, uden at det fra tid til anden kan mærkes i hverdagen. Den gode dialog og den fælles forståelse har været en vigtig del af, at projektet er lykkedes.

Arrangementet skal først og fremmest være en hyggelig dag og en anledning til at sige tak til alle involverede.

Den **1. september** afsluttes arbejdet, og dermed sættes der punktum for et projekt, der begyndte med en stor udfordring i 2024, men som ender med et markant løft af brandsikkerheden på Bispebjergghjemmet.

Det skal fejres alt sammen!

Derfor inviteres beboere, pårørende, medarbejdere og alle, der har været involveret i projektet, til et fælles afslutningsarrangement **den 3. september kl. 11.30-13.30 i forhaven på Bispebjergghjemmet.**

Her bliver der mulighed for at mødes under mere festlige rammer og sammen markere afslutningen på den store indsats.

Der vil være **forskellige is og madboder samt øl og vand**, og undervejs sørger jazztrioen **Rain&Shine** for den musikalske underholdning med melodier af **Kai Normann Andersen**.

REJSEGILDE

Torsdag den 3. september

Klokken 11.30—13.30

- Foodtruck med lidt forskellig mad herunder vegetarretter.
- Pølsevogn, med forskellige pølser og brød.
- Isbod med forskellige is
- Vand, øl, sodavand og juice
- Musikalsk underholdning med gruppen
"Rain & Shine"

MUSIKFESTIVAL

Mandag den 17. august var der musikfestival på Bispebjergghjemmet. Københavns kommune hylder hvert år beboere og personale på de Københavnske plejehjem med god musik og hjemmelavet is. Vi havde besøg af "Margrethes Gamle Dansk" med den henrivende Margrethe som absolut midtpunkt. Med sin fantastiske stemme og sit smittende humør førte hun an i en tour de force af gode gamle danske klassikere. Efter en frokostpause kom "Det Brune Værtshus" på banen med sange fra netop jukeboxen på de gamle brune værtshuse. Mens musikken spillede blev der serveret lækker hjemmelavet is—hvad mere kan man ønske sig? På denne og næste side, kan du se billeder fra arrangementet.



HØSTFEST OG FØDSELSDAG

Onsdag den 23. september

Kl. 18.00 –21.00 i caféen

Tilmelding på afdelingerne

MENU

Forret: *Klassisk rejecocktail med asparges, salat, dild og thousand island dressing.*

Hovedret: *Skiver af kalveculotte med bagte rodfrugter, små stegte kartofler, og mild senepscreme med estragon*

- Velkomme og god fest!



Dans og drinks

Fredag den 25. september

kl. 13.45-15.00 i caféen

Banko

**Torsdag den 10. september og den
24. september**

Kl. 13.45 - 15.00 i caféen

1 plade til alle 3 spil koster 20 kroner

Åbningstider i receptionen

Mandage og fredage kl. 12.00-12.30

Hævning af kontanter i Cash Guard. Køb af øl og vand
etc. fra køkkenet

Service afd.

Filmklub Bogart

Torsdag 24. september

Kl. 18.30 i caféen

Frøken Nitouche

Klosterskoleeleven Charlotte Berg inviteres pludselig ud i verden på den anden side, da hun får at vide, at hun skal giftes med en soldat. Musiklæreren på klosterskolen, hr. Celestin følger med frk. Berg ud i den store verden, og kan ikke undgå at afsløre den anden side af sig selv, livet som revyinstruktør.

Alle er velkomne!

HUSK:

Spilletid: 98 min.

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

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

SYNG MED I SEPTEMBER



Tirsdag 1/9: B2

Onsdag 2/9: A1

Onsdag 9/9: B-stuen

Tirsdag 15/9: A2

Onsdag 16/9: B1

Onsdag 23/9: A-stuen

Onsdag 30/9 B2

Fra klokken 13.30 til 14.30

KREA OG KAGE med Theresia

Hver **MANDAG** i Aktiviteten

KL. 13.30—15.00

ÅBEN TRÆNING med Tim

MANDAG OG TORSDAG

KL. 10.00—12.00

BØRNEUNIVERSET

Hver **TIRSDAG** i caféen

KL. 10.00-11.00 (sommerferie fra 1/6-1/9)

HERREKLUB

Hver **TIRSDAG** i Aktiviteten

KL. 11.00—12.00

BEVÆGELSESHOLD med Tim og Lars Christian

Hver **FREDAG KL. 10.30-11.30**

- Vi mødes i caféen

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 SEPTEMBER

DATO	DAG	TID	AKTIVITET	STED
1.	Tirsdag	10.00—11.00	Børneuniverset	Caféen
		13.30-14.30	Syng med	B2
2.	Onsdag	10.00—12.30	Bustur—aftal med Lars Chr.	Hovedindgangen
		13.30—14.30	Syng med	A1
3.	Torsdag	10.00 - 12.00	Åben træning	Træningslokalet
		11.30 - 13.30	Rejsegilde	Caféen
4.	Fredag	10.30 - 11.30	Bevægelseshold	Caféen

DATO	DAG	TID	AKTIVITET	STED
7.	Mandag	10.00 - 12.00	Åben træning	Træningslokalet
		13.30 - 15.30	Krea og kage	Aktiviteten
8.	Tirsdag	10.00—11.00	Børneuniverset	Caféen
		11.00 - 12.00	Herreklub	Aktiviteten
		14.00 - 16.00	Gudstjeneste	Caféen
9.	Onsdag	13.30—14.30	Syng med	B-stuen
10.	Torsdag	10.00 - 12.00	Åben træning	Træningslokalet
		13.45-15.00	Banko	Caféen
11.	Fredag	10.30 - 11.30	Bevægelseshold	Caféen

KALENDER SEPTEMBER

DATO	DAG	TID	AKTIVITET	STED
14.	Mandag	10.00 - 12.00	Åben træning	Træningslokalet
		13.30 - 15.30	Krea og kage	Aktiviteten
15.	Tirsdag	10.00 - 11.00	Børneuniverset	Caféen
		11.00 - 12.00	Herreklub	Aktiviteten
		13.30 - 14.30	Syng med	A2
16.	Onsdag	10.00—12.30	Bustur—aftal med Lars Chr.	Hovedindgangen
		13.30 - 14.30	Syng med	B1
17.	Torsdag	10.00 - 12.00	Åben træning	Træningslokalet
18.	Fredag	10.30 - 11.30	Bevægelseshold	Caféen

DATO	DAG	TID	AKTIVITET	STED
21.	Mandag	10.00 - 12.00	Åben træning	Træningslokalet
		13.30 - 15.30	Krea og kage	Aktiviteten
22.	Tirsdag		Ingen aktivitet på grund af kursus	
23.	Onsdag	10.00 - 11.00	Vuggestue på besøg	Caféen
		13.30 - 14.30	Syng med	A-stuen
		18.00-21.00	Høstfest	Caféen
24.	Torsdag	10.00 - 12.00	Åben træning	Træningslokalet
		13.45—15.00	Banko	Caféen
		18.30 - 20.30	Filmklub—Frøken Nitouche	Caféen
25.	Fredag	13.45 - 15.00	Dans og drinks	Caféen
28.	Mandag	10.00 - 12.00	Åben træning	Træningslokalet
		13.30 - 15.30	Krea og kage	Aktiviteten
29.	Tirsdag	10.00 - 11.00	Børneuniverset	Caféen
		11.00 - 12.00	Herreklub	Aktiviteten
30.	Onsdag	10.00—12.30	Bustur—aftal med Lars Chr.	Hovedindgangen
		13.30 - 14.30	Syng med	B2

FROKOSTMENU FOR SEPTEMBER 2026

DAG	DATO	DET VARME MÅLTID	EFTERMIDDAGSHYGGE
Tirsdag	1.	Skipperlabskovs serveret med rødbeder og rugbrød	Honningkagebomber
Onsdag	2.	Stegt kyllingelår med skysauce, kartofler agurkesalat og rabarberkompot	2 slags ost og kiks
Torsdag	3.	Rejsegilde. Information følger.	Rejsegilde. Information følger.
Fredag	4.	Kalkungryde med rosmarin serveres med kartoffelmos og let bagte gulerødder med citron	Chokoladekage med glasur
Lørdag	5.	Varmrøget laks serveret med lune kartofler, rødløg, krydderurter og creme fraiche	Rabarberdessert med skyr creme
Søndag	6.	Grisenakke med havtorn, kogte kartofler samt lidt grøn salat	Ymerfromage med frugt-kompot
Mandag	7.	Hjerte bolognese med gulerødder og pasta	Franske vafler
Tirsdag	8.	Hamburgerryg med stuvet spinat, kartofler og sennep	Henkogt ferskner med rå-creme
Onsdag	9.	‘Øns’ i asparges (vegetarisk) serveret med kartofler	Solbærgrød med sødmælk
Torsdag	10.	Indbagt sej med spinat og ostesauce serveret med halve bagte kartofler, dressing og dampet broccoli	Den du ved nok
Fredag	11.	Vegetarisk curry serveret med ris	Æble-kanel sneglekage
Lørdag	12.	Biksemad serveres med syltet rødbeder, spejlæg og evt. en rugbrød	Pandekager med syltetøj
Søndag	13.	Forloren hare serveres med brunsauce, kartofler og ribsgele samt dampet grønsager	Små is med hyldeblomst
Mandag	14.	Kalkungryde med rosmarin serveres med kartoffelmos	Romkugler
Tirsdag	15.	Langtidsstegt nakkesteg serveres med kartofler og pebersauce samt bagte urter	Kikærtekage med hindbær



FROKOSTMENU FOR SEPTEMBER 2026

DAG	DATO	DET VARME MÅLTID	EFTERMIDDAGSHYGGE
Onsdag	16.	Bagt hvid fisk på grønsagsbund og kogte kartofler serveret med hollandaise	Banankage med chokoladeglaser
Torsdag	17.	Vegetarisk Shepherds pie serveret med foccacia	Rabarbergrød med sødmælk
Fredag	18.	Pulled pork med BBQ, coleslaw og ristede kartofler	Kerneboller med smør og ost
Lørdag	19.	Frikadeller med kartofler, skysauce, asier og dampet broccoli	Gulerodskage
Søndag	20.	Gode ristede pølser 😊 Serveret med sennep, ketchup rå- og ristede løg og kartoffelsalat	Flødebollekage
Mandag	21.	Brændende sensommerkærlighed med squash og gulerødder	Gl. dags æblekage med flødeskum
Tirsdag	22.	Sensommer tærte med grønsager og hytteost serveres med spidskål-ærte råkost	Frugtkage med blommer og vanilje skyr
Onsdag	23.	Christiansøsuppe med rejer og bradepandebrød (HØSTFEST om aftenen)	Lagkage
Torsdag	24.	Kyllingekødboller i sursød peberrodssauce serveres med kartofler, stegte blomkål og lidt persille	Jordbærgrød serveres med fløde
Fredag	25.	Kogt skinke med stuvet hvidkål og kartofler	Kanelkage med kaffeglaser
Lørdag	26.	Lasagne med fisk og spinat serveres med marineret kål	Hvedeboller serveret med æblesmør
Søndag	27.	Tarteletter med høns i asparges	Chokoladedessert med flødeskum
Mandag	28.	Gulerod i kokos-karry med kikærter serveret med ris og yoghurt	Stikkelsbærgrød serveres med knas og fløde
Tirsdag	29.	Gratin af grønsager serveret med brød og salat	Mazarinkage med chokolade
Onsdag	30.	Fylt kalkunbryst serveres med kartofler og pebersauce serveres med stegte gulerødder	Blomme crumble serveres med creme fraiche

