Tingbjerghjemmet

Tingposten

November 2026

Månedsblad for Tingbjerghjemmet 16. årgang nr. 11



Grundtvigskirken
- vores lokale seværdighed

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



Kære Alle

Efteråret er her – og julen står for døren.

Efteråret har for alvor meldt sin ankomst. Træernes blade skifter farve til de smukkeste gyldne nuancer, og dagene bliver kortere. Det er tiden, hvor vi trækker indenfor, tænder for hyggen, og nyder de små stunder sammen. Husk på TINGBJERGHJEMMET bruger vi kun kunstige lys.

På TINGBJERGHJEMMET holder vi fast i vores traditioner, som er med til at skabe glæde, genkendelighed og noget vi alle har haft en oplevelse med, og som skaber mange gode snakke over en kop kaffe/te, hvor minder ruller.

Og inden vi får set os om, står julen for døren, med endnu flere traditioner, hygge, glæde, julepynt og hyggelige stunder. Vi glæder os til at skabe en varm og stemningsfuld juletid sammen med jer.



Et lille ønske fra os angående hvor du tænker du vil holde jul, hvis - eller når - du finder ud af, hvor juleaften skal holdes, vil vi blive meget glade for at få besked herom, så vi bedre kan plan-lægge med personalet.

Til pårørende vil jeg bede jer læse de opslag, der er hængt op vedrørende den ombygning, der finder sted rundt om os. Jeg tør godt sige, at de næste mange måneder desværre bliver meget problematiske, når man skal hertil i bil.

De varmeste efterårshilsener
Jette

Fødselsdage i november

Kære fødselarer!
Hjertelig tillykke med fødselsdagen – vi ønsker jer en rigtig dejlig dag!

Ingrid Demertziz, Stuen	18. november
Pia Andersen, Stuen	19. november



Vi byder velkommen til:

Ingeborg Kruse, Stuen, bolig 0.01

Vi har sagt farvel til:

Feline Jensen, Stuen, bolig 0.01

Invitation

MORTENS AFTEN

Tirsdag den 10. november kl. 12.00
i Aktiviteten

Traditionen tro inviterer vi alle beboere til en rigtig hyggelig Mortens Aften middag.

Der vil blive budt på både andesteg og flæskesteg med alt det gode tilbehør samt dessert.
Der sluttes af med kaffe.

Vi glæder os til en dejlig middag sammen med jer alle!





Revy med Pensionistklubben

Igen var vi heldige her på Tingbjerghjemmet, da vi også i år fik tilbudt billetter til Pensionistklubbens årlige revy show. Syv beboere var afsted, og her er det Johnna, Bent og Thorben, der sidder på 1. række til showet!









Det var en veloplagt revy, som fik gang i lattermusklerne hos publikum, som kvitterede med klapsalver og stående applaus. Anni, Michael, Bent og Bjarne nød forestillingen.



En aften i Alsace

Kølige, liflige hvidvine og smukke billeder var på programmet, da den årlige Alsace Vinsmagning fandt sted en aften i oktober. Alle nød for en stund at tage på en lille rejse til det skønne Alsace område i Frankrig.





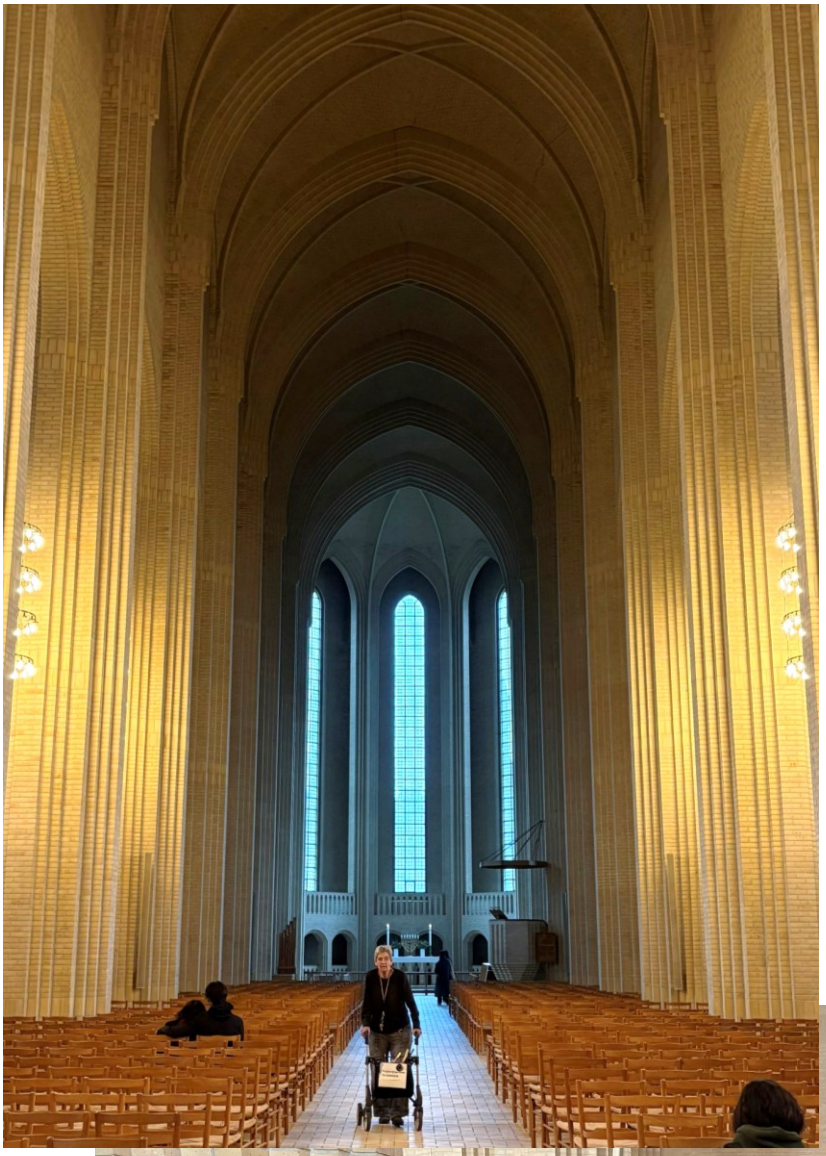




Mens billederne fra de små eventyr-agtige byer i Alsace løb over storskærmen, smagte beboerne 3 forskellige slags vine, der alle faldt i god smag!



En smuk oplevelse



Det tager kun 10 min at køre i vores lille bus fra Tingbjerghjemmet til en af Danmarks smukkeste kirker, Grundtvigskirken. Vi har flere gange besøgt kirken, men der er altid mange beboere, der nyder at betragte det storslåede bygningsværk. Det er også fint at kunne tænde et lys til minde om dem der ikke er blandt os længere.



Per & Michael takker af

Det er umuligt at tælle, hvor mange gange Per & Michael har fyldt vores eftermiddage med deres dejlige sang og musik her på Tingbjerghjemmet. Vi har nydt hvert minut – vi har danset og sunget med og haft skønne øjeblikke.

Men alting har sin tid, og da Per & Michael også er blevet ældre, er det blevet tid for dem at takke af. Derfor holder de deres sidste koncert her på Tingbjerghjemmet

Onsdag den 11. november kl. 13:30

Vi håber, at I alle vil komme og nyde Per & Michaels sidste koncert og sige dem et stort TAK for alle de gode stunder, de har beriget os med.

Vi glæder os til at se jer!



Gang i strikkepindene

Der blev strikket så pindene knitrede og også diskuteret strikketeknikker, da Strikkeklubben holdt endnu et møde i Aktiviteten. Både Johnna, Birgit, Anni (2. sal) og Vibeke hyggede sig gevaldigt, mens de nød kaffe og kage af det smukke Mågestel.







Ørkenens Sønner



En aften i oktober vovede vi pelsen og satte Ørkenens Sønner på programmet. Og det kan såmænd godt være, at der var et par beboere, der rødmede lidt over uartighederne, men det så vi ikke i mørket! En dejlig aften, hvor lattermusklerne kom på overarbejde!



De hårdtarbejdende beboere



Der var virkelig fokus på opgaven og fuld gang i saksene, da beboerne lavede fine bordkort til årets Oktoberfest. Kun Johnna havde tid til at smile, mens Rigmor, Birgit, Kitty, Lis, Ester og Anni ikke lod sig distrahere.





Min historie – Susanne Galster



Interviewet med Susanne finder sted i Susannes bolig på 1. sal på Tingbjerghjemmet, hvor hun har boet i næsten to år. Susanne blev født i København i 1944, og i de første år boede familien på Grønnemose Allé i København NV, et område der blev kaldt "Kunstnerbyen". Susannes far, Johan Galster, var en anerkendt billedhugger mens moren var kunstdesigner. Susanne peger på en smuk blå glaslampe, der står i vindueskarmen og som hendes mor har designet.

Som i mange andre familier var der trange kår i efterkrigsårene. Der var ikke mange penge, og som kunstnerfamilie kunne der heller regnes med en fast indtægt. Susanne husker dog årene som gode, ikke mindst pga den frihed hun havde, da der ikke var mange regler at følge i familien Galsters hjem. Generelt fik børnene i kunstnerfamilierne på Grønnemose Allé ikke den store opmærksomhed, og det var ikke barnets tarv, der kom i første række!

Susanne gik i skole på Emdrupborg Skole, og husker det som en god skole, hvor skoleinspektøren ikke var tilhænger af den gængse kæft, trit og retning model. Susanne var allerede dengang en eventyrer, og ville hellere lege hest – heste var en stor passion gennem hele barndommen – end at gå i skole. Men hun var dog også en læsehest og kunne læse før hun kom i skole. Regnetimerne beskriver hun som forfærdelige, da hun hverken havde talent eller interesse for faget. Med den familiebaggrund Susanne har, kunne det næsten ikke undgås at Susanne også blev meget kreativ og dygtig til at tegne og male.

Da Susanne var ca. 7 år, blev forældrene tildelt et legat, hvilket betød at Susanne og hendes forældre trak teltpælene op og flyttede til Rom, hvor de boede 1 år. Susanne havde et skønt år i den italienske hovedstad, og en stor kærlighed til landet blev grundlagt. Susanne gik i italiensk skole, og som det er med børn – og med Susannes talent for sprog – talte Susanne lynhurtigt flydende italiensk.

Familien flyttede tilbage til København, men et par år efter ændrede livet sig brat for den 10-årige Susanne, da forældrene blev skilt.

Det var farens ægteskab nr. 2 og Susanne havde to ældre søskende fra farens 1. ægteskab, som hun aldrig fik et nært forhold til. Efter skilsmissens kaos samt mangel på overskud til Susanne, valgte forældrene at sende Susanne på Tølløse Kostskole. Et valg som Susanne betragter som utilgiveligt, og det var en meget svær tid for hende. Susanne stak konstant af fra kostskolen, så det endte med at Susanne blev taget ud, og i en periode boede hun hos sin mormor og morfar i Hobro. Til sidst kom der mere ro over tingene, da Susanne flyttede ind hos sin far, som var blevet gift for 3. gang og havde fået to børn. Her fandt Susanne sig godt til rette og tilbragte resten af sin barndom i dette hjem, hvor hun fik et meget tæt forhold til sin fars kone og også til de to mindre søskende, som hun tog sig meget af.

I 1964 blev Susanne student, og så skulle friheden nydes! Susanne tog forskellige småjobs og fik sparet sammen til sin elskede Ford A fra 1930. En kæmpe bil, som Susanne fyldte med venner og kørte sydpå på skønne ferier til Frankrig og Italien. Efter et par år startede Susanne på lærerseminaret og efter endt eksamen blev hun dansklærer og klasselærer for de små klasser. I de større klasser underviste hun i fransk. Susanne boede i det indre København og nød sit liv som lærer og masser af rejser i ferierne. Den kreative nerve blev også holdt i gang, da Susanne lavede illustrationer til diverse lærebøger.



Trods en omflakkende og til tider utryg barndom, synes Susanne hun i lange perioder har haft et rigtigt godt liv med masser af frihed. Ikke mindst da Susanne blev pensionist, fik hun endnu mere tid og frihed til at dyrke sin store interesse – at rejse!

I dag rejser Susanne ikke længere, men nyder alligevel livet og er glad for at bo på Tingbjerghjemmet, selvom – som hun siger med et glimt i øjet – var det i starten lidt svært at skulle indordne sig 😉

Tusind tak til Susanne, fordi hun ville dele sin historie med os ❤️

Musikeftermiddag

Det er en fornøjelse endnu en gang at kunne forkæle alle beboere med en herlig musikeftermiddag.

Onsdag den 25. november kl. 13:30

Vi får besøg af musikeren Oscar Gilbert, der vil underholde med masser af skøn musik!

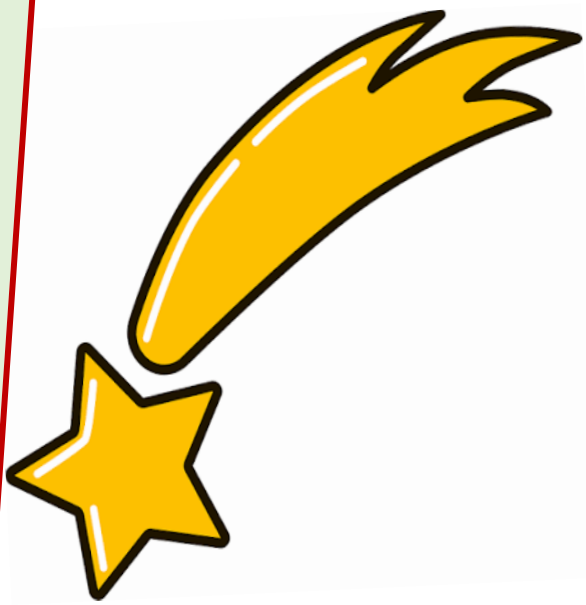


En aften med Stjerneskud

Madklubben havde en pragtfuld aften, da der blev lavet de lækreste Stjerneskud! Der er en særlig glæde ved at nyde et måltid, som man selv har været med til at lave sammen med sine "medbeboere". Stjerneskuddene fik følgeskab af et glas hvidvin.







Lækre drinks og god musik

Over 20 beboere havde fundet vej til Aktiviteten, da der var inviteret til Torsdagsbar med lækre drinks, snacks og masser af god musik med Cliff Richard and The Shadows. En stor succes!







Salg af Julepynt på Tingbjerghjemmet



Kom og køb den fineste håndlavede julepynt!

Salget finder sted i Aktiviteten

Mandag den 18. november kl. 13:30

Der serveres gløgg og æbleskiver til arrangementet.





HOFORs arbejde med separatkloakering på Ruten og Midtfløjene er forsinket!

Arbejdet forventes at begynde mandag den 9. november på både Ruten og Midtfløjene.

De første arbejdsområder er markeret med mørkeblåt på kortet.
Lyseblå viser hele den strækning, hvor HOFOR skal grave frem til slutningen af 2027.

Trafik

Ruten og Midtfløjene bliver lukket for al kørende trafik fra den 9. november.
Samtidig bliver bus 131 omlagt til en alternativ rute via Terrasserne, Gavlhusvej, Langhusvej, Arkaderne og Hækkevold. Følg med i den aktuelle busdrift og eventuelle ændringer på:
www.dinoffentligetransport.dk

Det vil fortsat være muligt at færdes til fods i området under hele byggeperioden.

Parkeringspladser, der ligger inden for arbejdsområderne kan ikke benyttes, mens arbejdet står på. Husk derfor at parkere din bil på en af områdets øvrige parkeringspladser fra søndag den 8. november.



Mød HOFOR og hør om gravearbejdet i området - og få vafler og kaffe

Har du spørgsmål eller er du nysgerrig på separatkloakering i Tingbjerg, kan du møde HOFOR og få en snak om arbejdet.

Onsdag den 28. oktober står HOFOR klar til at fortælle om separatkloakeringen og svare på spørgsmål foran 365 Discount på Ruten 14, kl. 15.00 og kl. 17.00.

Vi håber, du har lyst til at kigge forbi

Hvordan kan du holde dig opdateret?
- Tilmeld dig beskedservice hos HOFOR og Radius.
- Følg med på www.tingbjerg-bydel.dk (se QR-kode).
- Skriv til Byudviklingsteamet på Tingbjergbydel@kab-bolig.dk

Aktivitetsplan November

Dato	Tidspunkt	Aktivitet
Mandag 2.11.	10:30-12:00	Højtlæsning på 2. sal
	13:45-15:15	Strikkeklubben mødes i Aktiviteten
Tirsdag 3.11.	17:30	OKTOBERFEST
Onsdag 4.11.	10:45	Musik og motion
	13:30-15:00	Bustur efter aftale (50 kr pr pers)
Torsdag 5.11.	10:30-11:30	"Rollatorbanden" synger med Anne
	13:45-15:15	Banko
Fredag 6.11.	10:00-12:00	Indkøbsture til Lidl/Coop365
	13:45-15:15	Vi hygger med manicure og musik
Mandag 9.11.	10:30-12:00	Højtlæsning på 1. sal
	13:45-15:15	Strikkeklubben mødes i Aktiviteten
Tirsdag 10.11.	12:00	Mortens Aften - fælles middag i Aktiviteten
Onsdag 11.11.	10:30-12:00	Bustur efter aftale (50 kr pr pers)
	13:30-15:00	Afskedskoncert med Per & Michael (incl. Wales kringle)
Torsdag 12.11.	10:30-11:30	"Rollatorbanden" synger med Anne
	13:45-15:15	Banko
Fredag 13.11.	10:00-12:00	Indkøbsture til Lidl/Coop365
	13:45-15:15	Vi hygger med manicure og musik
Mandag 16.11.	10:30-12:00	Højtlæsning på 2. sal
	13:30-15:00	Salg af julepynt i Aktiviteten - se opslag i Tingposten
Tirsdag 17.11.	10:45	Musik og motion
	11:45-14:30	Frokost på Pederstrup Kro - efter aftale
Onsdag 18.11.	10:45	Musik og motion
	13:30-15:00	Bustur efter aftale (50 kr pr pers)
Torsdag 19.11.	10:30-12:00	"Rollatorbanden" synger med Anne
	13:45-15:15	Banko
	18:45	Månedens film/koncert: annonceres senere
Fredag 20.11.	10:00-12:00	Indkøbsture til Lidl/Coop365
	13:45-15:15	Vi hygger med manicure og musik
Mandag 23.11.	10:30-12:00	Højtlæsning på 1. sal
	13:45-15:15	Strikkeklubben mødes i Aktiviteten
Tirsdag 24.11.	10:45	Musik og motion
	13:30-15:00	Bustur efter aftale (50 kr pr pers)
	17:00-19:00	Madklubben laver mad med Bente
Onsdag 25.11.	10:30-12:00	Bustur efter aftale (50 kr pr pers)
	13:30-15:00	Musikeftermiddag med Oscar Gilbert
Torsdag 26.11.	10:30-12:00	"Rollatorbanden" synger med Anne
	13:45-15:15	Banko
Fredag 27.11.	10:00-12:00	Indkøbsture til Lidl/Coop365
	13:45-15:15	Vi hygger med manicure og musik
Mandag 30.11.	10:30-12:00	Højtlæsning på 2. sal
	13:45-15:15	Vi sætter juletræet på Årstidssøjlen!

Med forbehold for ændringer!

Madplan November

	Dag	Hovedret	Biret
1	søndag	Tarteletter med høns i asparges	Alliancegrød med mælk/ fløde
2	mandag	Grøntsagsbiks med spejlæg og syltede rødbeder	Kartoffel-porresuppe med stegt bacon
3	tirsdag	Oktoberfest kl. 18.00	
4	onsdag	Spanske kødboller i tomat, ovnstegte kartofler og dampede bønner	Blommegrød med mælk/ fløde
5	torsdag	Fiskefad med porre og gulerødder og ovnstegte kartofler	Henkogt frugt med råcreme
6	fredag	Stegt lever med bløde løg, brun sauce, kogte kartofler og dampede ærter	Appelsinfromage
7	lørdag	Butterchicken med ris/ kartofler og raita	Pandekager med syltetøj
8	søndag	Paprikagryde med cocktailpølser, hertil kartoffelmos	Hindbærfromage
9	mandag	Millionbøf med kartoffelmos og syltede rødbeder	Sveskegrød med mælk/ fløde
10	tirsdag	Mortensaftens middag kl. 12.00	
11	onsdag	Bagt laks med hollandaise, kogte kartofler og dampede gulerødder	Blomkålssuppe med stegt bacon og persilledrys
12	torsdag	Tærte med porre og hytteost, samt æblesalat	Tunmousse med grovflutes
13	fredag	Glaseret skinke med flødekartofler og dampede grønne bønner	Jordbærgrød med mælk/ fløde
14	lørdag	Fiskefilet med remoulade, pomme frites og råkostsalat	Is og vafler
15	søndag	Brændende kærlighed med kartoffelmos og syltede rødbeder	Abrikosgrød med mælk/ fløde
16	mandag	Nakkesteg med svampesauce og røsti og råkost	Ost med kiks og druer
17	tirsdag	Forlorenhare som vildt, kogte kartofler, sauce og waldorfsalat	Vaniljefromage

18	onsdag	Ingrid, stuen Frikadeller med brun sauce, kogte kartofler og rødkål	Is med vafler
19	torsdag	Pia, stuen Flæskesteg med laurbær, kogte kartofler, brun sauce, og rødkål	Tiramisu
20	fredag	Boller i karry med ris/ kartofler og dampede broccoli	Fløderand med frugtsauce
21	lørdag	Lasagne med svampe og råkost med fennikel og æble	Moccafromage
22	søndag	Skipperlabskovs med purløg og syltede rødbeder	Æblegrød med mælk/ fløde
23	mandag	Svampekrebinetter med stuvet spinat, kogte kartofler og rødbedesalat med feta	Kartoffel-jordskoksuppe med stegt bacon
24	tirsdag	Kylling chop suey med ris/ kartofler	Pærecrumble med vaniljecreme
25	onsdag	Svenske kødboller med kartoffelmos, ærter og tyttebær	Kold blåbærsuppe med flødeskum
26	torsdag	Brunkål med flæsk, sennep og syltede rødbeder	Kakaobudding
27	fredag	Fiskefrikadeller med persillesauce, kogte kartofler og dampede gulerødder	Ris-dessert med frugtsauce
28	lørdag	Hønsefrikassé med rodfrugter og kogte kartofler	Frugtsalat med råcreme
29	søndag	Medister med stuvet grønkål med kogte kartofler, sennep og rødbeder	Rabarbergrød med mælk/ fløde
30	mandag	Hakkebøffer med bløde løg, kogte kartofler, flødesauce og dampede ærter	Æbleskiver med syltetøj/ sukker

Kageplan November

	Dag	Kageplan
1	søndag	Cremestang
2	mandag	Kanelkage med kaffeglasur
3	tirsdag	Småkager
4	onsdag	Caramel æblekage
5	torsdag	Boller
6	fredag	Kiks med ost
7	lørdag	Grøn mandelkage
8	søndag	Rytterkage
9	mandag	Wienerstang
10	tirsdag	Småkager
11	onsdag	Drømmekage
12	torsdag	Boller
13	fredag	Kiks med ost
14	lørdag	Kvargkage med blåbær
15	søndag	Chokoladekage med kakaocreme
16	mandag	Sarah Bernard
17	tirsdag	Boller
18	onsdag	 Ingrid, stuen Gulerodskage med ostecreme
19	torsdag	 Pia, stuen Lagkagemed creme og chokolade
20	fredag	Småkager
21	lørdag	Græskarkage
22	søndag	Baronstang
23	mandag	Sirupskage
24	tirsdag	Safranboller
25	onsdag	Pære tart tartin
26	torsdag	Pund til pund med blommer
27	fredag	Småkager
28	lørdag	Budapestrulle
29	søndag	Banankage
30	mandag	Appelsinmuffins

Krydsord - November

Løsningen afleveres i Aktiviteten i stuen senest den 24. november. Der vil blive trukket lod blandt de rigtige svar, og vinderen vil modtage en præmie! ☺

Vinderen af oktober måneds krydsord: Vagn, Stuen

	SPORTS-UDSTYR	PLANTE	KEND.-BOGST.	ØJNER	TONE	SLAP-SVANS			REX	BRAN-CHE	RIDE-UDSTYR	JEG
STAT							VIND / FIKSES					
TRÆER					NEGL / PLANTE				GREB / GOLF-UDTRYK			
TALORD			UORDEN / X							TONE / TING		
TRÆG				RED-SKAB / DRIK				SLIDE / SUND				STIVER
JOULE		FUGLE / TIDS-RUM										
LØFTE			GRINE / ØJNE			OMSÆT-NING / TALORD					GRAM / IDET	
ØDE-LÆGGE							PLACE-RE					
FARTØJ									FLINK			

Krydsord indleveret af:

Navn: _____ Bolig: _____

Tingbjerghjemmets bestyrelse samt ledelse

Formand: Helle Jørgensen
Næstformand: Mary Toth
Sekretær: Lillian Hellum
Øvrige bestyrelsesmedlemmer:
Rita Tjell Langeland
Linda Henriksen

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

Afdelingsleder Stuen: Susanne Rimmer
Tlf.: 8256 6002, e-mail: LR34@kk.dk

Afdelingsleder 1. sal: Delilah Aldridge Larsen
Tlf.: 8256 6003, e-mail: AE33@kk.dk

Afdelingsleder 2. sal: Gitte Lehmann
Tlf.: 8256 6004, 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.