Fælledgården

Søndag d. 1. november 2026

NYHEDSBREV - november 2026



Klapsalver til køkkenet

for maden til jævndøgnsfesten (side 4 - 9)



Petanque

bliver dyrket af en fast skare (side 20)



Banko er en overlevering

fra coronatiden (side 10 - 11)



Deas Delight spillede

til kaffe og kage (side 3)

Nyhedsbrevet udleveres til beboerne

Joans klumme



Kære alle beboere og pårørende

Så går vi ind i den sidste efterårsmåned og det er med rigtigt efterårsvejr. Vi er ved at pynte op i haven, så den er smuk med lys i december og jeg vil anbefale at I kigger derned.

Vi har fået ansat en ny afdelingsleder for afdeling stuen, som også har ledelse af sygeplejerskegruppen samt ansvar for uddannelsesområdet på Fælledgården. Vi kan byde velkommen til Rikke Valentin, som afd. Stuen vil kunne træffe på det kommende kaffemøde, mandag den 16. november. Rikke kommer fra hospitalsverdenen og har mange års erfaring med ledelse, så stort velkommen til Rikke.

Jeg afholder velkomstmøde for nye beboere og pårørende onsdag den 11. november fra kl. 14.30 i Caféen og byder på en kop kaffe og lidt sødt. Jeg glæder mig til at møde jer.

Frivillighedskoordinatorstillingen har været opslået og vi har fået rigtig mange relevante ansøgere. I skrivende stund har vi ikke afholdt samtalen den 19. oktober, så jeg kan ikke løfte sløret for hvem vi vælger. Men jeg forventer at vores nye frivillighedskoordinator kan starte til den 1. december.

Fra den 1. november vil vi igen have stolegymnastik mandag, onsdag og fredag kl. 11 på Storetorv. Jeg ved at I har savnet at mødes på tværs af huset og træne og nu da vi har alle terapeutstillingerne besat, kan vi genoptage de gode initiativer. Så jeg glæder mig til at se rigtig mange komme ned og få rørt sig, til god musik og hyggeligt samvær.

KAB har traditionen tro planlagt at afholde et gløgg- og æbleskive engagement torsdag den 26. november fra kl. 14.00 i Caféen, så kom ned og vær med til at byde julemåneden velkommen.

Mange kærlige hilsner fra Joan

Deas Delight

Deas Delight er en hyggelig trio der efterhånden har spillet mange gange her til vores ”Lille fredag” på Fælledgården. De leverer en bunke driftssikre hits som publikum kan nynne med på.









Jævndøgnsfest

Som indledning til Jævndøgnsfesten onsdag d. 23. september havde et pladeselskab spurgt om Fælledgården kunne være interesseret i at være med til at promovere en sang af Albert Heath om hans mormor, som havde fået en demenssygdom. Albert Heath havde en god pianist med og sammen spillede de tre sange på ca. 15 minutter og der blev lyttet og klappet. En fin start som fortsatte med god mad og senere kom Foxman og gutterne, fem unge velspillende mennesker der fik folk på dansegulvet.










fortsættes.....









fortsættes.....









fortsættes.....









fortsættes.....









fortsættes.....












Banko, en aktivitet fra coronatiden

I de gode gamle dage, hvor der var nedlukning af landet på grund af coronavirus og al sådan noget, da gjaldt det om at finde på noget at lave sammen, uden at være sammen og på Fælledgården (og sikkert mange andre steder) spillede vi altanbanko. I starten sad Alex i gårdhaven med mikrofon og forstærker og råbte numre ud i luften og beboerne sad på altanerne med deres spilleplader. Senere blev det flyttet over på computer og der har det holdt sig lige siden. En overlevering fra coronatiden.





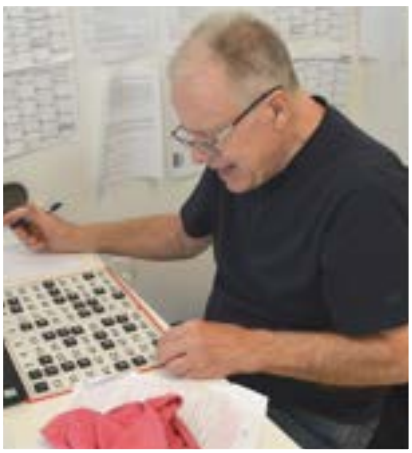




fortsættes.....















Marianne Kragh i Caféen

Torsdag d. 15. oktober var Marianne Kragh tilbage i Caféen, hvor hun denne gang satte efterårs- og kartoffelferie i centrum for sit musikalske oplæg. Som sædvanlig kom vi vidt omkring og som sædvanlig var det både interessant og hyggeligt.











Et stort velkommen til de nyindflyttede beboere på Fælledgården:

008	Lise Jenny Lindholm Bech
010	Inge Margrethe Helene Olesen
441	Gitte Frydensbjerg Fischer
519	Liselotte Jørgensen
413	Mart-Ann Evelyn Holm

Vi har taget afsked med

205	Gert Allan Eggertsen	♥ 30.09.1953	† 01.10.2026
123	Hanne Meyersahm	♥ 10.10.1940	† 03.10.2026

Æret være deres minde

Få NYHEDSBREVET i den kendte udgave

Som beboer på Fælledgården får du hver måned nyhedsbrevet i papirudgaven, som du kender.

Det digitale NYHEDSBREV

Nyhedsbrevet kan frit hentes på vores hjemmeside:

https://boligertilaeldre.kk.dk/plejehjem/faelledgarden/nyheder

Fælledgården

Vigtig information vedrørende afbestilling af måltidspakkerne

Pga. nye regler fra Borgerrepræsentationen, og Sundhed og Omsorgsforvaltningen, er der nu 2 måltidspakker at vælge imellem: ***Fuld dagskost*** eller ***Varm hovedret, biret*** *og* ***to mellemmåltider***. Du kan ikke lave din egen pakke, eller afmelde enkelte måltider. Derfor modtager du alle dagens måltider, medmindre du bliver ufrivilligt fraværende (hospitalsindlæggelse mm.), eller frivilligt afbestiller hele dagens måltidspakke minimum 2 dage før (rejser og lign.). Du kan ligeledes ikke blive kompenseret økonomisk, medmindre du opfylder én af de førnævnte situationer.

Fælledgårdens plejehjemsfond

Fonden kan afgiftsfrit modtage testamentariske gaver og arv. Disse kan indbetales til fondens konto: Registreringsnummer: 8075 Kontonummer: 1077704

Husk at angive, at gaven er til Fælledgårdens Plejehjemsfond.

KONTAKTOPLYSNINGER

Plejeboligcenter Fælledgården Tlf.: 35 30 35 00 + tastemenu
//faelledgaarden@suf.kk.dk

Drejøgade 3, 2100 København Ø

Forstander Joan Marie Aastrand Tlf.: 24 21 89 74 // C694@kk.dk

Afdeling Stuen Hesselø, stuen **Afdelingsleder** Bettina Pia Kruse **Sygeplejerske** Freja Basid **Fysioterapeut**: Christina Papp Elm	 Tlf.: 35 30 35 10 Tlf.: 20 34 38 09 // II0Q@kk.dk Tlf.: 20 41 39 74
Afdeling 1 Drejø 1.sal Hesselø 1.sal **Afdelingsleder** Kristina Ovesen **Sygeplejerske** Vanessa Margarita U. Veldman **Fysioterapeut** Daniel Som Hansen	 Tlf.: 35 30 35 01 Tlf.: 35 30 35 11 Tlf.: 23 66 89 94 // DU0Q@kk.dk Tlf.: 20 41 39 74
Afdeling 2 Drejø 2.sal Hesselø 2.sal **Afdelingsleder** Dina B. Larsen **Sygeplejerske** Susanne Kira Jensen **Fysioterapeut** Daniel Som Hansen	 Tlf.: 35 30 35 02 Tlf.: 35 30 35 12 Tlf.: 29 66 83 11 // LL83@kk.dk Tlf.: 20 41 39 74

KONTAKTOPLYSNINGER (fortsat)

Afdeling 3 Drejø 3.sal Hesselø 3.sal **Afdelingsleder** Flemming Svare **Sygeplejerske** Vanessa Audrey Gouri **Fysioterapeut:** Christina Papp Elm	 Tlf.: 35 30 35 03 Tlf.: 35 30 35 13 Tlf.: 21 27 85 47 // T21J@kk.dk Tlf.: 20 41 39 74
Afdeling 4 Drejø 4.sal Drejø 5.sal **Afdelingsleder** Bettina Pia Kruse **Sygeplejerske** **Fysioterapeut** Daniel Som Hansen	 Tlf.: 35 30 35 04 Tlf.: 35 30 35 05 Tlf.: 20 34 38 09 // II0Q@kk.dk Tlf.: 20 41 39 74
Afdeling 5 Hesselø 4.sal Hesselø 5.sal **Afdelingsleder** Mariann Mossin **Sygeplejerske** Henriette Schnedler **Fysioterapeut**: Christina Papp Elm	 Tlf.: 35 30 35 14 Tlf.: 35 30 35 15 Tlf.: 21 54 66 37 // H571@kk.dk Tlf.: 20 41 39 74
Ergoterapeut: Simone Dippel Bjøttrup	Tlf.: 40 26 92 58
Ansvarshavende Dag/aften/nat	 Dag/aften/nat: Tlf.: 35 30 35 09
Administration Alice Hansen	 Tlf.: 35 30 35 06
Køkken **Køkken- og Serviceleder** Annemarie Vilbrad Winther	Tlf.: 23 61 38 34 Tlf.: 20 22 18 69 // XA35@kk.dk
Kvalitets - og udviklingssygeplejerske Rikke Ørskov Agerbæk	 Tlf.: 23 84 89 75
Koordinerende praktikvejleder Sandra Lützen Fjelstad	 Tlf.: 24 23 42 86
Aktivitetsmedarbejder Niels Henrik Olsen	 Tlf.: 23 20 78 44
Aktivitetscenter for hjemmeboende Eva Lind Poulsen	Telefontid 9 - 15 Tlf.: 35 30 35 07
Demensvidenperson Pernille Luplau (afdeling 5)	 Tlf.: 24 89 96 45
Boligselskabet – driftsafdelingen **Ejendomskontoret**	Tlf.: 21 76 09 46//21 52 45 39 // ek-faelledgaarden@kab-bolig.dk
Fodterapeut Heidi Høyberg	Tlf.: 50 70 02 82 // hhfodterapi@gmail.com
Tandlægeklinikken	Tlf.: 29 66 83 03
Frisør Ann Pia	Tlf.: 23 23 57 78
Beboerrepræsentant Ingrid Schaffer	// ingrid.shaffer@hotmail.com

Det sker i november 2026 - 1

1	søn	
2	man	Stolegymnastik kl. 11 på Storetorv
3	tir	Billard i forhallen kl. 11. Altanbanko i kl. 14. Musik og samvær kl. 15.30 i afd. 3. Musik og samvær kl. 18.30 i afd. 4, 4.sal
4	ons	It - café kl. 10 i Caféen. Stolegymnastik kl. 11 på Storetorv Musik og samvær kl. 13.30 i afd. Stuen. Kaffemøde kl. 13.30 for afd. 3. Kaffemøde kl. 14 for afd. 1, afd. 2 og afd. 4. Musik og samvær kl. 14.30 i afd. 2. Musik og samvær kl. 18.30 i afd. 5, 4. sal Klassisk musik på Storetorv kl. 18.45
5	tor	Sundhedssang med Storbyen Synger kl. 10.45 - 12.15 Lille fredag i Caféen kl. 14:00
6	fre	Stolegymnastik kl. 11 på Storetorv Musik og samvær kl. 13.30 i afd. 1. Gudstjeneste i Kirken kl. 14, derefter kirkekaffe for kirkegængerne. Musik og samvær kl. 15 i afd. 5.
7	lør	
8	søn	
9	man	Stolegymnastik kl. 11 på Storetorv
10	tir	Billard i forhallen kl. 11. Altanbanko i kl. 14. Velkomstmøde for nye beboere og pårørende i Caféen kl. 14.30 Musik og samvær kl. 15.30 i afd. 3. Musik og samvær kl. 18.30 i afd. 4, 4.sal
11	ons	It - café kl. 10 i Caféen Stolegymnastik kl. 11 på Storetorv Musik og samvær kl. 13.30 i afd. Stuen. Velkomstmøde i Caféen kl. 14.30 for nye beboere og pårørende Musik og samvær kl. 14.30 i afd. 2. Musik og samvær kl. 18.30 i afd. 5, 4. sal
12	tor	Sundhedssang med Storbyen Synger kl. 10.45 - 12.15 Lille fredag i Caféen kl. 14:00
13	fre	Stolegymnastik kl. 11 på Storetorv Musik og samvær kl. 13.30 i afd. 1. Fælled Bio viser ”Midt om natten” kl. 14 på Storetorv Musik og samvær kl. 15 i afd. 5.
14	lør	
15	søn	

Det sker i november 2026 - 2

16	man	Stolegymnastik kl. 11 på Storetorv Kaffemøde kl. 13.15 for afd. Stuen.
17	tir	Billard i forhallen kl. 11. Altanbanko i kl. 14. Musik og samvær kl. 15.30 i afd. 3. Musik og samvær kl. 18.30 i afd. 4, 4.sal
18	ons	It - café kl. 10 i Caféen Stolegymnastik kl. 11 på Storetorv Musik og samvær kl. 13.30 i afd. Stuen. Musik og samvær kl. 14.30 i afd. 2. Musik og samvær kl. 18.30 i afd. 5, 4. sal
19	tor	Sundhedssang med Storbyen Synger kl. 10.45 - 12.15 Marianne Kragh i Caféen kl. 14 med Allehelgens- og Mortens aften tema
20	fre	Stolegymnastik kl. 11 på Storetorv Musik og samvær kl. 13.30 i afd. 1. Gudstjeneste i Kirken kl. 14, derefter kirkekaffe for kirkegængerne. Musik og samvær kl. 15 i afd. 5.
21	lør	
22	søn	
23	man	Stolegymnastik kl. 11 på Storetorv
24	tir	Billard i forhallen kl. 11. Altanbanko i kl. 14. Musik og samvær kl. 15.30 i afd. 3. Musik og samvær kl. 18.30 i afd. 4, 4.sal
25	ons	It - café kl. 10 i Caféen Stolegymnastik kl. 11 på Storetorv Musik og samvær kl. 13.30 i afd. Stuen. Musik og samvær kl. 14.30 i afd. 2. Musik og samvær kl. 18.30 i afd. 5, 4. sal Klassisk musik på Storetorv kl. 18.45
26	tor	Sundhedssang med Storbyen Synger kl. 10.45 - 12.15 KAB byder på gløgg og æbleskiver kl. 14 i Caféen
27	fre	Stolegymnastik kl. 11 på Storetorv Musik og samvær kl. 13.30 i afd. 1. Fælled Bio viser "Pagten" kl. 14 på Storetorv Musik og samvær kl. 15 i afd. 5.
28	lør	
29	søn	1. søndag i advent - gløgg og æbleskiver i afdelingerne
30	man	Stolegymnastik kl. 11 på Storetorv

Fra den 1. november vil der igen være stolegymnastik
mandag, onsdag og fredag kl. 11 på Storetorv

Menu i november - 1

Dato	Hovedret	Biret	For-middag	Efter-middag	Protein-drik
Søn 1-11	Rullesteg med kartofler og skysauce, hertil bagte broccoli og syltede asier	Skovbærgrød med mælk	Skyr med blåbærkom-pot	Kage	Limedrik
Man 2-11	Grøntsagsæggekage, hertil tomat-salat og flute	Vaniljeis med jordbærsauce	Knækbrød m havartiost	Bolle	Ananas-drik
Tirs 3.11	Kylling i asiatisk sur/sød sauce med grønt og ris	Hindbærfromage	Brownie	Frugt	Mango-drik
Ons 4.11	Fiskefrikadeller med kartofler her-til kålsalat, remoulade og citron	Klar suppe m kød -og melboller	Protein pan-dekager	Bolle	Æble-drik
Tors 5-11	Fyldte peberfrugter med ris og paprikasauce	Lun æblecrumble	Overnight oats med ko-kos/mango	Kage	Hind-bærdrik
Fre 6-11	Biksemad, hertil spejlæg og rødbeder	Blommegrød med mælk	Grøntsags-stænger med dip	Bolle	Appel-sindrik
Lør 7.11	Vikingegryde med gris serveret med kartoffelmos	Lakserilette med brød	Cookies	Kage	Citron-drik
Søn 8-11	Hamburgerryg serveret med kartofler og sennepssauce, hertil bagte grønne bønner	Fløderand med solbærsauce	Havregryns-kager	Kage	Jord-bærdrik
Man 9-11	Rødbedebøffer serveret med smørstegte kartofler drysset med krydderurter, hertil flødesauce	Kirsebærgrød med mælk	Krydrede nødder	Bolle	Granat-æbledri k
Tirs 10-11	**Mortensaften:** Andesteg med skysauce, brune og hvide kar-tofler, hertil hjemmelavet rødkål	Gl. dags æbleka-ge med fløde-skum	Butterdejs-stænger	Frugt	Ananas-drik
Ons 11-11	Gratineret fisk på bund af kartofler og babyspinat	Risengrød med kanelsukker	Kanelstang	Bolle	Kakao-drik
Tors 12-11	Røget kalkun med flødekartofler serveret med bagt spidskål	Henkogte ferskner serveret med råcreme	Æblegelé med skyrcreme	Kage	Mango-drik
Fre 13-11	Frikadeller og stuvet hvidkål, serveret med kartofler	Tomatsuppe med pasta	Chokolade-kage	Bolle	Hind-bærdrik
Lør 14-11	Chili con carne serveret med ris, crème fraiche og koriander	Appelsinfromage med flødeskum	Grovboller	Kage	Multi-frugtdrik
Søn 15-11	Husarsteg med kartofler, peber-sauce og bagte gulerødder	Rødgrød med fløde	Havregryns-kugler	Kage	Abrikos-drik

Vigtigt!

Vi har lagt farver ind på menuen.

Denne farve er en forret og serveres først.

Denne farve er en dessert og serveres sidst.

Menu i november - 2

Dato	Hovedret	Biret	For-middag	Efter-middag	Protein-drik
Man 16-11	Tærte med spinat og hytteost hertil bagte rødder og urte-dressing	Henkogte pærer med karamelfløde-skum	Mini appelsin-fromage	Bolle	Pæredrik
Tirs 17-11	Kyllingeschnitzel serveret med kartofler og bearnaisesauce, hertil dampede ærter	Mangomousse med flødeskum	Bønne brownie	Frugt	Hylde-bærdrik
Ons 18-11	Bagt fisk med kartofler, serveret med ratatouille	Solbær/hindbærgrød med sødmælk	Hytteost boller	Bolle	Solbær-drik
Tors 19-11	**Tema: Grækenland** Moussaka serveret med græsk salat	Græsk yoghurt med frisk frugt og hon-ning	Citronmåne	Kage	Æble/ ingefær-drik
Fre 20-11	Krebinetter, hertil svampe-sauce, kartofler, samt dampede gulerødder	Pandekager med syltetøj	Romkugler	Bolle	Kirsebær-drik
Lør 21-11	Boller i karry serveret med ris og gulerodsråkost	Jordbærgrød med fløde	Karamel-snitte	Kage	Passions-frugtdrik
Søn 22-11	Stegt medister serveret med skysauce, rødkål og kartofler	Chokoladebudding med flødeskum	Drømme-kage	Kage	Jordbær-drik
Man 23-11	Shakshuka med brød, hertil tilbehør af æg og feta	Pæretærte med creme fraiche	Mini muffins	Bolle	Limedrik
Tirs 24-11	Farsbrød med kartofler, hertil tomatsauce og tzatziki	Tyttebærris	Dadelbar	Frugt	Appelsin-drik
Ons 25-11	Dampet sej med hollandaise og kartofler, hertil smørstegte rosenkål	Juliennesuppe	Kanelkage	Bolle	Kakao-drik
Tors 26.11	**Thanksgiving** Stegt kalkun serveret med kar-tofler og skysauce hertil bøn-negratin og tranebærkompot	Sød græskartærte med creme fraiche	Klatkager med kanel-sukker	Kage	Kirsebær-drik
Fre 27.11	Tærte med skinke og svampe serveret med grøn salat og dressing	Chokoladeis med sprøde vafler	Knækbrød med man-delcreme	Bolle	Jordbær-drik
Lør 28.11	Kødboller i stuvet selleri, serveret med kartofler	Henkogte ferskner hertil makronskum	Bananbar	Kage	Fersken-drik
Søn 29.11	Sprængt svinenakke m brunkål og kartofler serveret m sennep	Koldskålsfromage med knasende drys	Snickers-kugler	Kage	Mango-drik
Man 30.11	Indisk Dahl serveret med ris og fladbrød	Jordbærmoussé	Frugtsalat	Bolle	Rød saftdrik

Hvis du har ønsker til menuen, så sig det på afdelingsmødet/kaffemødet i din afdeling og lige pludselig en dag kan dit menuønske dukke op på tallerkenerne…….

Petanque

Det er en lille fast kerne af beboere der har holdt gang i petanque-banen onsdag kl. 11.
Men nu lakker sæsonen nu mod enden og starter op igen i foråret 2027.







