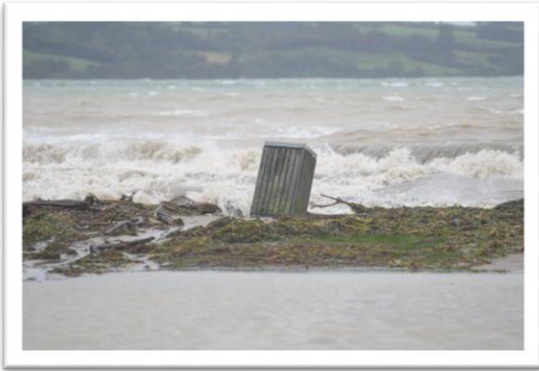


Gråsten Plejehjem Avis

November – December 2023



Nyt fra Ledelsen



Stormflod:

Det gik faktisk godt. Vi havde tømt væres garager, og heldigvis for det, for der stod vandet i ½ m's højde. Vi fik ingen vand ind. De afbrød strømmen til halvdelen af huset, så servicefolk og elektriker arbejdede

ihærdigt for at få nødstrøm etableret, i løbet af fredag aften og nat.

Stor tak til alle fra vores personale som knoklede med at fylde sandsække og sikre vores hus, og sikre pasning af vores beboere. Vi havde 3 borgere fra byen boende her, som ikke kunne være i eget hjem, og som havde brug for pleje.

Vi var og *er rigtig glade* for, at være blevet indstillet til prisen "Danmarks bedste Plejehjem". Desværre er vi ikke gået videre, så vi ønsker plejehjemmet i Bredebro held og lykke, da de er gået videre, som kandidat i Region Sønderjylland.

Vi har fundet en redaktør til vores lille plejehjemsavis, og forventer at hendes første udgave kommer omkring d 1.11. læs den på [Plejehjemsoversigten](#) . Tusind TAK til Lya, som har kastet sig ud i denne opgave.



(Fortsætter på næste side...)

Julen nærmer sig.



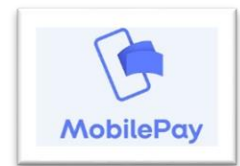
Juleaften og nytårsaften har hver beboer mulighed for at invitere 2 pårørende med til fællesspisning.

Prisen er 200 kr. pr gæst. Vi spiser kl. 17.00

Ønsker man som beboer at have flere gæster på besøg, er det muligt, men vi må da henvise til egen bolig, og pårørende bedes selv sørge for mad og drikke. Der er mulighed for at anvende ovne mm i fælleskøkkenerne.

D 24.12 serverer vi risengrød kl. 12.00 Alle er velkomne. Er man flere end 2, må vi igen henvise til egen lejlighed, men risengrøden serverer vi. Prisen for gæster er 45 kr. pr person, inkl. drikke.

Betaling ved tilmelding gerne på MobilePay 383698. Tilmelding først i december. Der kommer en tilmeldingsblanket ud til jer, når december nærmer sig.



Ud af huset, jul og nytår.

Ønsker beboerne at holde jul eller nytår hjemme hos jer, vil vi også gerne vide det. Er der behov for transport med liftbus, kan jeg anbefale at man bestiller liftbus snarest, der plejer at være rift om bilerne.

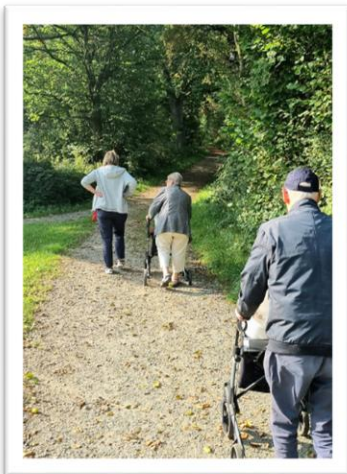
Læs mere på: [Handicapkørsel | Sønderborg Kommune \(sonderborgkommune.dk\)](https://www.sonderborgkommune.dk)

Med venlig hilsen
Bente Kaehne

Daghjemmet på kastanjetur

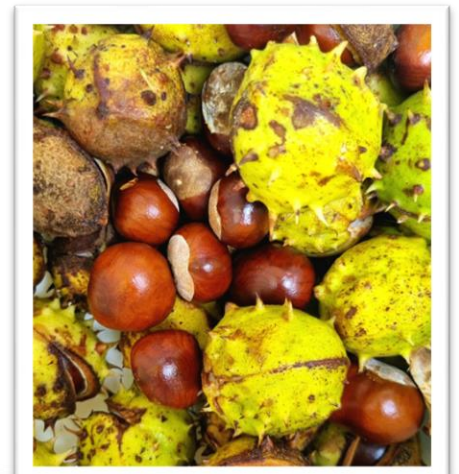
Daghjem og en enkelt borger fra plejehjemmet har d. 28/9 været på bustur for at samle kastanjer til kreative projekter i daghjemmet.

Vi havde høj solskin og 21 grader, så vi kunne sagtens holde varmen ☺



Venlig hilsen

Daghjemspigerne



Den Internationale Alzheimerdag

Den 21. september 2023, blev Den Internationale Alzheimerdag markeret på Gråsten Plejecenter.

Vores flittige elever og daghjemmet havde bagt kage til et stort og flot kagebord, som blev nydt af både beboerne, daghjembrugere og personale.



Resterne blev solgt til personale, gæster mv. og der blev indsamlet i alt 2471,50 kr. som gik ubeskåret til Alzheimerforeningen.

Efter der var blevet spist kage, hyggede vi med at synge sange.

Huskedagen er en markering for alle typer demenssygdomme.

Med Alzheimerforeningens ord er det:

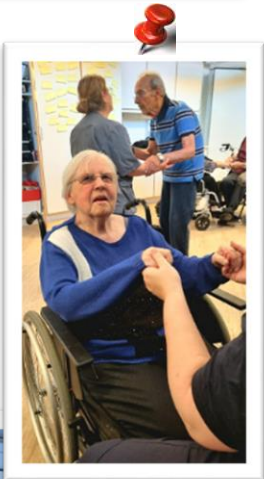
"En dag hvor vi skal huske dem, der glemmer."



Erindringsdans



Den 5. oktober var en dejlig dag, til årets første erindringsdans. Alle var vældig oplagte og havde det sjovt. Halvejs igennem dansene, blev der delt flotte drinks ud. Det var en dejlig forfriskning og så var vi igen klar til en svingom 😊



Fællessang

Den mandag 23. oktober fik vi besøg af Susanne og Bjarne Tønnies som spillede klaver og sang sange fra højskolesangbogen. Der var både plads til fællessang, men der blev også blot lyttet og sanset til klaverets dejlige toner.



Susanne er pensioneret skolelærer og Bjarne er pensioneret inspektør, begge fra Gråsten Skole og dermed lokale borgere.

Her ses Susanne og Bjarne sammen med vores sosu-assistent og aktivitetsassistent Tina Poulsen.



Æblekagebagedag

Gråsten Plejecenter 2023

Torsdag den 12. oktober, blev der afholdt æblekagebagedag blandt personalet med flotte æblekager.

Der var blevet bagt dejlige æblekager, der skulle pyntes af personalet og derudfra blev der valgt en vinder.



Dommerne var Laila Banke og Grethe Lassen fra Vennekredsen. Desværre måtte to af dommerne melde afbud, men heldigvis kunne to kageglade servicefolk Henrik Weber og Thomas Jørgensen springe til som dommere.

Og, dommerne var ikke i tvivl...

Vinderkagen blev bagt af vores elev Ilona Sliwa fra Team 3, som brugte en opskrift fra hendes hjemland Polen.

Opskriften kan findes på næste side.

Så, frem med røreskålen og æbleskrælleren – god appetit 😊



Drysset æblekage

Ingredienser:

340 g. hvedemel, fx kagemel ca. 2 kopper

320 g. semulje (fin) ca. 2 kopper

250 g. sukker

3 tsk. bagepulver

8 tsk. vaniljesukker

¾ tsk. kanel

12 stk. æbler

320 g. smør

Forvarm ovnen til 18 grader i top og bund, inden du sætter kagen i ovnen.

Læg de løse ingredienser sammen i en skål: hvedemel eller kagemel, semulje, sukker, bagepulver, vaniljesukker. Bland alle ingredienser meget grundigt. Det er ekstremt vigtigt, at de er perfekt blandet.

Skræl æblerne og skær dem i tern (det behøver ikke at være lige). Drys alle de udskårne æbler med kanel og sukker efter smag. Jeg brugte 3 store skeer sukker.

Smør bagepladen med ca. 30 g. eller 50 g. smør til at smøre bunden af kageformen og siderne.

Del de blandede produkter i tre dele og æblerne i to dele.

Den første del af de løse produkter går under formen. Vi dækker den med den første del af æblerne. Den anden del af de løse produkter dækker æblerne. Den anden del af æblerne, dækker de tørre produkter og æblerne dækkes af den sidste del af de løse produkter. Sådan får vi en tredelt kage.

Smelt resten af smørret og hæld det og hele resten af kagen inden det sættes i ovnen.

Kagens bagetid er 1 time ved 180 grader med varmluft.

Drys den afkølede kage med lidt flormelis og drys med smeltet mørk chokolade. Du kan også lave creme af 500g. creme fraiche 18% og 2 store skeer vaniljesukker.

Julehygge for beboere og pårørende



Kære Beboere

Torsdag d. 7/12 kl 14:00 vil vi gerne invitere dig og én af dine pårørende til en hyggelig eftermiddag med æbleskiver og gløgg. Når vi har nydt eftermiddagskaffen vil vi byde velkommen til Mette Ingwersen, som med gode julesange vil sætte lidt julestening i huset.

For pårørende vil det koste 30 kr. at deltage.

Betalingen på MobilePay, nr. 383698 eller kontant på selve dagen.

Vi bliver desværre nød til at sætte begrænsning på i forhold til antal pårørende, da vi skal kunne være oppe vi fællerummet 😊

S.U. 23/11-2023 på tpou@sonderborg.dk eller aflever sedlen.

Jeg vil gerne deltage og jeg er pårørende til?

Beboere/ navn _____

Pårørende/ navn _____

Betalingen: MobilePay Kontant



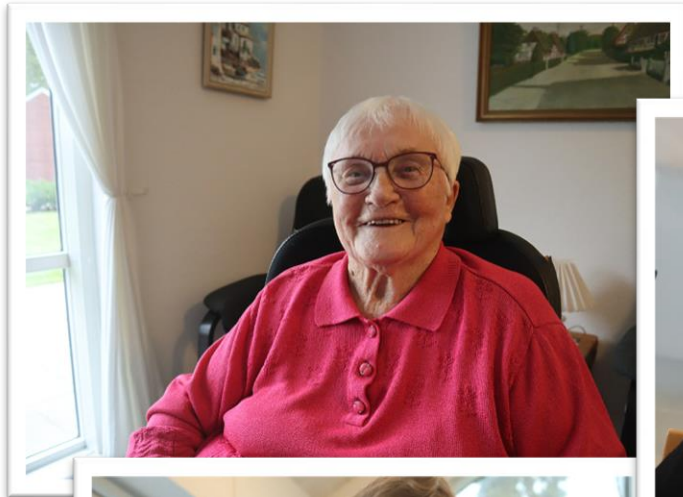
Et friskt pust fra vores nye beboer

Hvor skal vi være taknemlige for at vi bor i dette land. På grund af ulykkelig hændelse, er jeg nu beboer på Gråsten plejehjem. Jeg havde aldrig forestillet mig, at det ville være lykke at bo på plejehjem, men her føler jeg, at jeg bliver passet på, og hørt om hvad jeg ønsker mig af tilværelsen. Den omsorg og lydhørhed jeg bliver mødt af, er helt enestående. Det gælder personalet i dagligdagen, lige fra Lone sygeplejersken, som altid er til at kontakte, til alle de som arbejder her, gør alt for, at vi føler det er vores hjem, og at vi selv er medbestemmende. De gør en stor indsats for, at alle vi, som ikke kan klare os uden hjælp, har en rigtig dejlig tilværelse her. Jeg ville ønske at den måde vores plejehjem drives på, blev opskriften på, hvordan man kan være lykkelig for at være på plejehjem. Desuden har vi stor glæde af "Gråstens venner" som er meget aktive, sørger for aktiviteter der giver anderledes indhold, i en ellers passiv tilværelse. Alt i alt et mønster plejehjem, som burde være standart i hele landet ♥
Tak for at jeg kom til at bo her 😊

Hanne Andersen, lejlighed 9, Gråsten Plejecenter



Billeder af vores herlige beboere



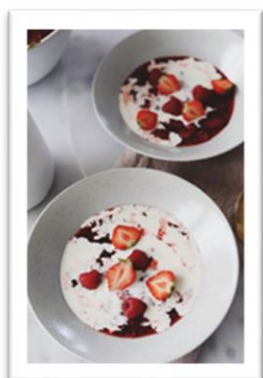






Madplan – November

DAG	DATO	HOVEDRET	BIRET
Onsdag	01.11	Benløse fugle m. rødkål	Muldvarpeskud
Torsdag	02.11	Brunkål m. rødbeder	Rabarberkompot m. råcreme
Fredag	03.11	Fiskefrikadeller m. persillesovs	Trefarvet is
Lørdag	04.11	Boghvedegrød m. sirup	Sherryfromage
Søndag	05.11	Stegt kylling m. hj. Lavet agurkesalat	Sherryfromage
Mandag	06.11	Bøf m. løg	Hyldebærssuppe m. melboller
Tirsdag	07.11	Rullesteg m. svesker	Pære i creme
Onsdag	08.11	Karbonader m. stuvet ærter og gulerødder	Norsk øllebrød m. ristet rugbrød
Torsdag	09.11	Kogt kalvespidsbryst m. peberrodssovs	Frugt ris
Fredag	10.11	Andesteg med brune kartofler og rødkål	Vaniljeis m. jordbærsovs
Lørdag	11.11	Kødboller i tomatsovs	Brombærgrød m. mælk
Søndag	12.11	Mørbrad a la orange	Brombærtrifli
Mandag	13.11	Dampet laks m. stuvet spinat	Bailey fromage
Tirsdag	14.11	Hamburgerkoteletter m. flødekartofler	Bailey fromage
Onsdag	15.11	Karrygryde m. ris	Æbler i yoghurt creme
Torsdag	16.11	Græsk farsbrød	Hybensuppe m. flødeskum
Fredag	17.11	Gule ærter m. kålpølser, kartofler, rødbeder	
Lørdag	18.11	Skidne æg m. sennepssovs, bacon i tern	Jordbærgrød m. mælkefløde
Søndag	19.11	Kalvesteg stegt som vildt m.gl. dags hvidkål	Stikkelsbærdessert
Mandag	20.11	Bøf Lindstrøm	Ris vands grød m. æbler
Tirsdag	21.11	Jordkokke suppe m. bacon og flutes	Efterårssdessert
Onsdag	22.11	Grønlangkål m. Kålpølse	Rabarber mousse
Torsdag	23.11	Skipperlabskovs	Kakaosuppe m. tvebakker
Fredag	24.11	Paprikagryde m. ris	Mandelbudding m. saftsovs
Lørdag	25.11	Kylling porre tærte m. salat	Mandelbudding m. saftsovs
Søndag	26.11	Husarsteg	Is m vafler
Mandag	27.11	Frikadeller m. skysauce og rødkål	Fløderand m. mandarinsovs
tirsdag	28.11	Lasagne m. salat	Kirsebærgrød m. mælk
Onsdag	29.11	Kong Fiddes livret	Ris ala mande m. jordbær sovs
Torsdag	30.11	Enebærgryde	Abrikoser m. makronfløde



Ret til ændringer forbeholdes

Madplan – December

DAG	DATO	HOVEDRET	BIRET
Fredag	01.12	Grønkålssuppe m. kålpølser	
Lørdag	02.12	Boghvede grød m. sirup	Appelsinfromage
Søndag	03.12	Bankekød m. mos	Appelsinfromage
Mandag	04.12	Røget medister m. stuvet spinat	Øllebrød m. flødeskum
Tirsdag	05.12	Gule ærter m. flæsk	
Onsdag	06.12	Stegt lever m. bløde løg	Ris vands grød m. æbler
Torsdag	07.12	Boller i karry m. ærter	Svesker i rom m. råcreme
Fredag	08.12	Brunkål m. kartofler og rødbeder	Solbær grød m. mælk
Lørdag	09.12	Kartoffel suppe m. bacon og flutes	Solbær grød m. mælk
Søndag	10.12	Sorte gryde m. mos	Hjemmelavet citron is
Mandag	11.12	Stegt flæsk m. persillesovs	Vaniljebudding m. jordbær
Tirsdag	12.12	Frikadeller m. stuvet bønner	Vaniljebudding m. jordbær
Onsdag	13.12	Fynsk Gullasch	Ymer m. drys og farin
Torsdag	14.12	Fiskefilet m. persille og dampet grønsager	Hyldebærsuppe m. tvebakker
Fredag	15.12	Pølser m. varm kartoffelsalat	Kirsebærfromage
Lørdag	16.12	Hvidkåls rouletter m. muskat sovs	Hjemmelavet yoghurt
Søndag	17.12	Chili vanilje steg m. grønt	Kirsebærfromage
Mandag	18.12	Hjerter i vildt sovs	Trefarvet is m. vafler
Tirsdag	19.12	Høns frikasse	Øllebrød m. flødeskum
Onsdag	20.12	Glaseret skinke m. flødekartofler	Cremesuppe m. solbær
Torsdag	21.12	Krebinetter m. stuvet ærter og gulerødder	Frugter m. kanel creme
Fredag	22.12	Farsfad m. champignon og kartofler	Blommegrød m. mælk
Lørdag	23.12	Svensk pølseret m. ærter	Blommegrød m. mælk
Søndag	24.12	Andesteg m. brunede kartofler og rødkål	Ris ala mande m. kirsebær sovs
Mandag	25.12	Aspargessuppe m. kødboller	Ris ala mande m. kirsebær sovs
tirsdag	26.12	Kalv i dild m. ronesco og gulerødder	Islagkage
Onsdag	27.12	Koteletter i fad	Æblesuppe m. tvebakker
Torsdag	28.12	Ostindisk karryret m. ris	Pandekager m. sukker og syltetøj
Fredag	29.12	Kødsovs m. mos	Chokoladebudding m. fløde
Lørdag	30.12	Lasagne m. salat	Chokoladebudding m. fløde
søndag	31.12	Grønlangkål m. hamburgerryg, kålpølser	Citronfromage



Ret til ændringer forbeholdes

Aktivitetskalender

November		
DAG	DATO	EMNE
Onsdag	01.11	Onsdagsvenner Hanne og Anne Grethe
Onsdag	01.11	Stol på motion
Fredag	03.11	Højtlesning ved præsten
Mandag	06.11	Strikkeklub
Tirsdag	07.11	Fælleskaffe og sang
Onsdag	08.11	Onsdagsvenner Kaj og Bente
Torsdag	09.11	Basse spillemand og Jonny kommer
Fredag	10.11	Vennekredsen spiser and
Fredag	10.11	Stol på motion
Mandag	13.11	Errindringsdans for alle
Mandag	13.11	Strikkeklub
Tirsdag	14.11	Stol på motion
Onsdag	15.11	Onsdagsvenner Grethe, Else og Anne Grethe
Onsdag	15.11	Vennerne Laila, Edith og Villy kører en tur
Torsdag	16.11	Gudstjeneste i fællesrum
Mandag	20.11	Daghjem spiller Boccia turnering mod Dalsmark Daghem
Mandag	20.11	Strikkeklub
Tirsdag	21.11	Fælleskaffe og sang
Onsdag	22.11	Onsdagsvenner Hanne og Anne Grethe
Onsdag	22.11	Stol på motion
Torsdag	23.11	Errindringsdans for alle
Mandag	27.11	Strikkeklub
Tirsdag	28.11	Errindringsdans for alle
Tirsdag	28.11	Fælleskaffe for alle
Onsdag	29.11	Onsdagsvenner Hanne og Anne Grethe
Onsdag	29.11	Fælles julefrokost
Torsdag	30.11	Stol på motion



December

DAG	DATO	EMNE
Fredag	01.12	Præsten kommer og synger julen ind
Mandag	04.12	Strikkeklub
Tirsdag	05.12	Stol på motion
Tirsdag	05.12	Fælleskaffe og sang
Tirsdag	05.12	Julekoncert ved Kværskoret
Onsdag	06.12	Onsdagsvenner Grethe, Else og Anne Grethe spiller
Onsdag	06.12	Vennerne Laila, Edith og Villy kører en tur
Torsdag	07.12	Julekoncert med Mette Ingwersen
Fredag	08.12	Afdansningsbal for daghjem og huset
Mandag	11.12	Vennerne tager ud og ser julebelysning
Mandag	11.12	Strikkeklub
Tirsdag	12.12	Julebal
Onsdag	13.12	Onsdagsvenner Hanne og Anne Grethe
Onsdag	13.12	Besøg af børnehaven
Onsdag	13.12	Luciaoptog
Torsdag	14.12	Stol på motion
Fredag	15.12	Daghjem til julegudstjeneste i kirken
Fredag	15.12	Julelotto med vennerne
Mandag	18.12	Juletræsdytning
Mandag	18.12	Strikkeklub
Tirsdag	19.12	Fælleskaffe og sang
Onsdag	20.12	Onsdagsvenner Kaj og Bente
Torsdag	21.12	Julegudstjeneste for alle
Mandag	25.12	Strikkeklub
Tirsdag	26.12	Fælleskaffe og sang
Onsdag	27.12	Vennerne Laila, Edith og Villy kører en tur



Jeg glæder mig i denne tid...



... nu falder julesneen hvid,
så ved jeg, julen kommer.
Min far hver dag i byen går,
og når han kommer hjem, jeg står,
og ser hans store lommer.



Vi kender alle sammen rimet fra Peters Jul.

Nu er tiden kommet, hvor vi kan fejre hjerternes fest, julen.

Her er lidt indsigt i, hvad der kan forventes af den 24. december og den 31. december.

God fest, glædelig jul og godt nytår!

Den 24.12:

Julehygge med god morgenmad.

Kl 12 spiser vi risengrød hvor pårørende er velkomne med tilmelding til personalet.

Vennerne kommer og dækker bord i fællesområdet og gør klar til juleaften.

Kl 17 spiser vi aftensmad sammen i fællesrummet.



Den 31.12:

Hygge med god morgenmad.

Kl 12 får vi frokost.

Om eftermiddagen efter kaffen, dækkes nytårsbordet så vi i aften kan indtage traditionel synderjysk nytårsmad.

Kl 18 ser vi sammen Dronnings nytårstale.



Julens tak og tone

Skrevet af Emma Gad, 1918

Julen er en Ting, som Folk i de elleve Maaneder af Aaret ikke skænker en Tanke eller højst er enige om, er en meget besværlig Ting, men som den tolvte rejser sig som en Kæmpe, som det er umuligt at diskutere med eller om. Grunden dertil er naturligvis den, at Julen endog fra Hedenskabets Tid er Nordboernes største Fest, saa at ethvert Forsøg paa at afskaffe selv dens uheldige Egenskaber, saasom Udveksling af gaver, vil falde frugtesløst ud, særligt fordi børnene har bemægtiget sig den.

Julegaver

Allerede i november begynder de kære små at lade vink falde om, hvad de kan tænke sig at ville modtage, og inden juleaften er nået, er gavelavinen svulmet op til en svulmende finansiel katastrofe i mange huse.

Spørgsmålet vil for de flestes vedkommende være: Hvem skal man give gaver? Det vil naturligvis afhænge af Temperament og Familietradition og særlig af, hvor mange Gaver, man selv får. I fornuftigere kredse har dog Urimeligheden ved, at voksne Mennesker giver hverandre Overraskelsesgaver, gjort sig saa vidt gældende, at man indskrænker sig til Bagateller og spøgifylde Ting, og man maa haabe, at denne opfattelse vil bredde sig, hvor meget end de Handlende anstrenger sig for at holde Skikken vedlige.

De bør ikke give Den, hvis Smag og Vaner De ikke nøje kender, en Genstand af speciel Art eller af stort Omfang. En uhyre Majolikavase, man ikke har plads til, er slem at faa til Huse,

hvorimod et Silkesjal eller et Par Hansker, der lægges i en Skuffe, aldrig kan genere.

Hvis man har ondt ved at finde paa Gaver til sine Kære, er man som oftest paa den sikre Side, naar man holder sig til det, der kan spises, drikkes eller ryges. En Høne, en Æske Konfekt eller en Flakse Likør kan virke beskedent men aldrig uvelkomment.

Spisevarer er at foretrække frem for Blomster, der sendes rundt efter en stor Maalestok.

Naar De får noget, De finder forfærdeligt, brug da hele Deres åndsnærværelse for ikke at røbe det, selv med mindste trækning. Glem ikke, at giveren synes om det. Giv ikke Deres børn kostbare julegaver. Barnefantasier har den lykkelige Ævne at gøre det tarveligste Legetøj illuderende, og Luksus bidrager kun til, at Julen, modsat af, hvad den skulde, gør Børnene fordringsfulde og mindre elskværdige.

At lade Gaver, man ikke bryder sig om, gaa videre, er behageligt og besparende, men farligt. Hvem kan i Juleundersøgelsen af Skabe og Skuffer huske, af hvem man har faaet en Tegnebog eller Krukke i Fjor. Men Giveren kan saa glimrende huske det, og en drilsk Skæbende vil undertiden lade det blive ham eller hende, man lyksagliggør med Tingen, og det er ikke Enhver, der kan tage det spøgefyldt.

Naar De derfor lagrer en Genstand med denne Brug for Øje, bør De udstyre den med en oplysende Seddel.

Glem ikke ved Juleudgifterne, at der efter Juleaften er endnu fuldt en Uge tilbage af den endeløse December. Hvis De i Deres Hjertes Godhed lader Dem friste til at støvsuge Deres Pengeskuffe c. den 23de, bliver det vanskeligt for Dem ved de sidste Juletræer at synge: Glade Jul, dejlige Jul med den rette Overbevisning.

Helligdage Julen er helliget til Familiesammenkomster. Der er ganske vist lidt for mange af dem, fordi Helligdagene er for mange.

Det morer ikke de Unge synderlig Dag efter Dag at spille Lotteri om Smaating med gamle Tanter, hvorfor de stræber, hvad de kan, for at komme afsted til Julegens Dansefester paa de store hoteller. Det virker ikke helt elskværdigt, idet julesammenkomsterne har deres virkelige beretigelse som et samlingsmærke for familien. Til anden adspredelse er året langt nok.

Nytår

Overgangen fra det svundne Aar til det kommende, Nytaarsaften, vil de Fleste helst tilbringe sammen med deres Nærmeste. Naar klokken slaar tolv, føler man Trang til at tømme sit Glas for det nye og ukendte Aar med dem, man har støttet sig til, fordi man er forvisset om, at de vil tage Del i Ens Sorger og Glæder.

Glem ikke Nytaarsdag at aflægge et Besøg hos de Ældre i Slægten, særligt Forældre og Søskende, som De ikke var sammen med Nytaarsaften. En ukærlig Forsømmelse at et saadant Hensyn føles ofte stærkt. De Yngre gaar den Dag til de Ældre. Iøvrigt aflægges Nytaarsdag Høflighedsbesøg til Principaler og Chefer desuden til Husets Frue af Herrer, der nyder megen Gæstfrihed i et Hjem. Dog er denne Skik noget i Aftagende.

Der serveres ved sådane besøg et glas vin og småkager.

Jule-og nytårskort bruges i stedse stigende grad, til største besvær for postvæsenet og ikke til synderlig glæde for dem der udveksler dem.

Der lægges mest vind på julekort, hvilket for så vidt er urimeligt, da gode ønsker for et helt år dog har større rækkevidde end en julehilsen.

Hvis man har fået julekort fra venner, hvem man ikke har gjort gengæld, sender man et nytårskort.

Sæt ikke stor bekostning på jule- og nytårskort. Den er ret spildt. Det er jo ikke litografens opfindsomhed, man sætter pris på, men Deres personlige indsats, det lille ord, der kommer fra hjertet og derfor går til hjertet. Det kan De lige så godt skrive på et blankt, hvidt kort.

