

Marts

Husavis

Hørup Plejecenter



2024

Nyt fra ledelsen

Hvert år i foråret er der valg til beboer- og pårørenderådet. Der vælges medlemmer til en toårig periode, og der er otte pladser til beboere, pårørende og frivillige og yderligere tre pladser, hvortil personale udpeges. Som noget nyt i år kan man blive valgt som suppleant – en suppleant indtræder, hvis en af de 8 valgte træder ud af rådet før tid.

Har du lyst til at stille op? Så snak med formanden Birte Sørensen (mobil 51 90 36 21) eller undertegnede, og så fortæller vi gerne mere om, hvad der sker i rådet. Bagest i denne husavis er nyeste referat fra beboer- og pårørenderådet, og det giver også indtryk af, hvad vi beskæftiger os med.

Sidste frist for opstilling er den 9. april 2024, og vi holder valgfest den 8. juni 2024 kl. 14-16. Her er både beboere og pårørende velkomne i vores store sal til kaffe, sang og en hyggelig eftermiddag.

Venlig hilsen

Ulla Pedersen, plejecenterleder

ulpd@sonderborg.dk, mobil 27 90 55 29

Grøn mad, økologi og mindre madspild

Hørup Plejecenter er god til at bruge økologiske råvarer, mindre kød og lokale indkøb. Vi får mælk fra Gråsten Landbrugsskoles køer, og vi køber fisk, frugt og grønt, pølser og æg fra lokale. Så er råvarerne helt friske og skal ikke køres ret langt. Om sommeren dyrker vi egne urter, og senere høster vi æbler, pærer, blommer og kirsebær i haven og laver dem om til saft, marmelade og kager. Samtidig sørger vi for at undgå madspild.

Det kom der en journalist fra Danmarks Radios P4 og lavede en udsendelse om midt i februar. Hun talte blandt andet med Helle, som bor på Øst. Helle fortalte radioens lyttere, at hun bakker op om de lokale indkøb, fordi de smager godt, og fordi man støtter lokalt, hvilket er godt. Hun fortalte også, at hun synes, det er okay at sætte kødforbruget ned, men gerne vil have mindre grønt puttet i frikadellefarsen og i stedet have det grønne lagt ved siden af frikadellerne.



Må jeg få lidt chips af dig?

Kender I det med hunde, som gerne vil tigge lidt at spise? På billedet ses Freja, den dejligste lille hund, på besøg på Øst, og den ville rundt og hilse på så mange som muligt i opholdsstuen. Freja kiggede samtidig efter, om der var krummer på gulvet, for det ville være lækkert at kunne spise lidt. Og så var hun så heldig at få en chips eller to ved Herta.



Brunch – uhm, dejligt!

En gang hver måned er der brunch i den store spisesal ved centralkøkkenet. Køkkenpersonalet disker op med de lækreste retter: Lidt lunt, lidt grønt, lidt sødt, lidt salt. Der er nok at vælge imellem ved buffeten, og vi kan se, at der både grines og lokkes lidt ekstra mad ned sådan en dag. Vi synger og snakker over bordet, så hele formiddagen går som regel på allerbedste vis. På brunch-dagen er middagsmaden let, for der er ikke meget appetit tilbage efter at have hyggespist hele formiddagen.





Hundebesøg er altid godt

Vores praktikant kom forbi med sine to hunde. Begge hundene var meget tålmodige og dejlige at kæle med. Vi var klar til, at de kunne flytte ind – men de skulle nu hjem, hvor de bor, så vi nøjedes med at nyde deres besøg, inden de tog afsted igen.



Dagplejebørn på besøg i Syd

Vores gode venner i dagplejen kommer jævnligt på besøg. Her ses de i Syd-huset, hvor de små børn suser rundt og skaber masser af smil og aktivitet, når de nysgerrigt udforsker alt omkring dem.



En lille historie

Kedde havde været til ringridning i Hørup og var nu på vej hjem til Asserballe. Det havde regnet i en hel uge fra morgen til aften, og alt var ét pløre. Pludselig så Kedde en spritny ringridderkasket ligge i mudderet. Den var da til ingen nytte der, og Kedde vadede med forsigtighed ud og tog den op. Tænk, hvor forskrækket han blev, da han så, der stak et hoved op af mudderet under kasketten!!

Kedde udbrød: "Du sedde ellers døft æ dau, va Jønne?"

Hovedet (som var Jønnes) sagde surt: "Ja, hol æ snut, Kedde, men æ sidde dyfe enn då troe, fo æ æ te hest!".

(frit efter bogen "Galgenhumor" af Bjarke Larsen)

Stolegymnastik

Birgitte, som er social- og sundhedsassistentelev i praktik hos os, har været god til at sætte aktiviteter i gang på Syd. Det er blandt andet blevet til fællessang med gode, gamle sange som

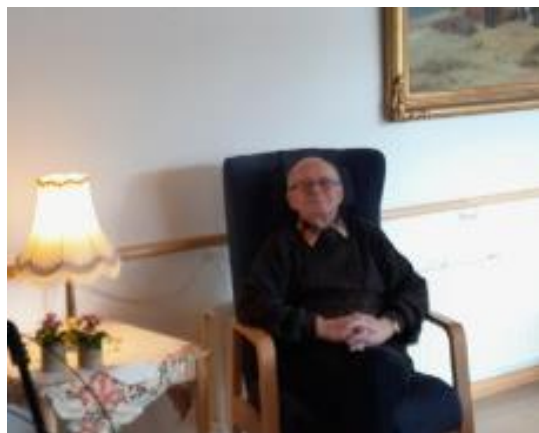
- To lys på et bord
- Dansevise
- Det var på Frederiksberg
- Den allersidste dans

Og så har vi lavet stolegymnastik, hvor alle var meget aktive, både beboere og personale. Selv om man sidder ned, kan man altså godt blive forpustet og svedt af gymnastikken, skulle vi hilse og sige.





(tegning: pixabay.com)



Kyndelmisse

Kyndelmisse er en gammel kristen helligdag, der falder den 2. februar. Dagen blev også kaldt for "Kjørmes Knud".

"Kyndel" betyder fakkell eller blus, og "misse" betyder messe. I den katolske kirke fejres dagen med en stor lysmesse, hvor de lys, der skal bruges i det kommende år, velsignes. Også i folkekirken i Danmark er der nogle kirker, som markerer dagen med særlige lysgudstjenester.

I gamle dage sagde man, at årets koldeste dag var på kyndelmisse, derefter ville det langsomt blive forår. Det håber vi er rigtigt! Vi kan i hvert fald mærke, at det er blevet varmere udenfor, og se at der pibler forårsblomster op alle steder.



To smukke damer fra Nord-huset på eftermiddagstur

Nørklerier

Der er hver dag flittige hænder i gang rundt om på Hørup Plejecenter. Det er godt for både hoved, krop og humør, især når man nørkler i fællesskab og får en god snak hen over håndarbejdet.



Med de nye computerspil

Hørup Plejecenter har en fin projektor, som hedder OmiVista. Den sender billeder til gulv, vægge eller borde, og så kan man spille computerspil. Den kan nemlig mærke, at man skubber til billedet og flytter de "ting" på billedet, man rører ved. For eksempel kan man feje blade væk, hvor der så hvirvler nye blade ind fra siden. Man kan både bruge fødder, hænder, koste, lygter, fluesmækkere og ærteposer til at påvirke billederne i spillene.

OmiVista træner både krop og hjerne, og så er det tilmed sjovt og giver meget latter og aktivt samvær og oplevelser med andre. På billedet kan man se aktivitet i et computerspil, som vises på gulvet.



Daghjemmet i aktivitet

I daghjemmet kommer borgere fra deres hjem i plejecenterets omegn. De får et kommunalt tilbud, hvor de på to dage om ugen deltager i aktiviteter her hos os. Der sker altid meget i daghjemmet – der er fuld fart på. Men forleden sad alle damerne stille omkring bordet og fik hænderne plejet på en wellness-dag med gode dufte, creme og skrubberier.



Det var ikke lige noget for mændene, så de trak sig væk og hyggede sig i stedet over et spil kort.





Mere wellness

Fastelavn er mit navn

Til fastelavn slår man katten af tønden som en gammel tradition. Dengang gemtes en levende kat inde i tønden, og når deltagerne slog hul på tønden, skræmte de katten, så den løb væk i rædsel. Man troede, at katten var i ledtog med djævelen, og ved at slå den, ville man fordrive det onde. Vi kender tøndeslagning allerede fra begyndelsen af 1500-tallet.



Vi havde fastelavnsbesøg af personalets børn og børnebørn, som var udklædte og slog katten af tønden. Der var både prinsesser, cowboyer, løver og andre dyr.





Herre-klubben

Vi er startet op med "herre-klub" hver anden torsdag i lige uger. Her bliver der nydt en øl, kaffepunch, sodavand eller bare en kop kaffe. Der er mulighed for at spille diverse spil. Det at være sammen skaber nye relationer og mange gode snakke.

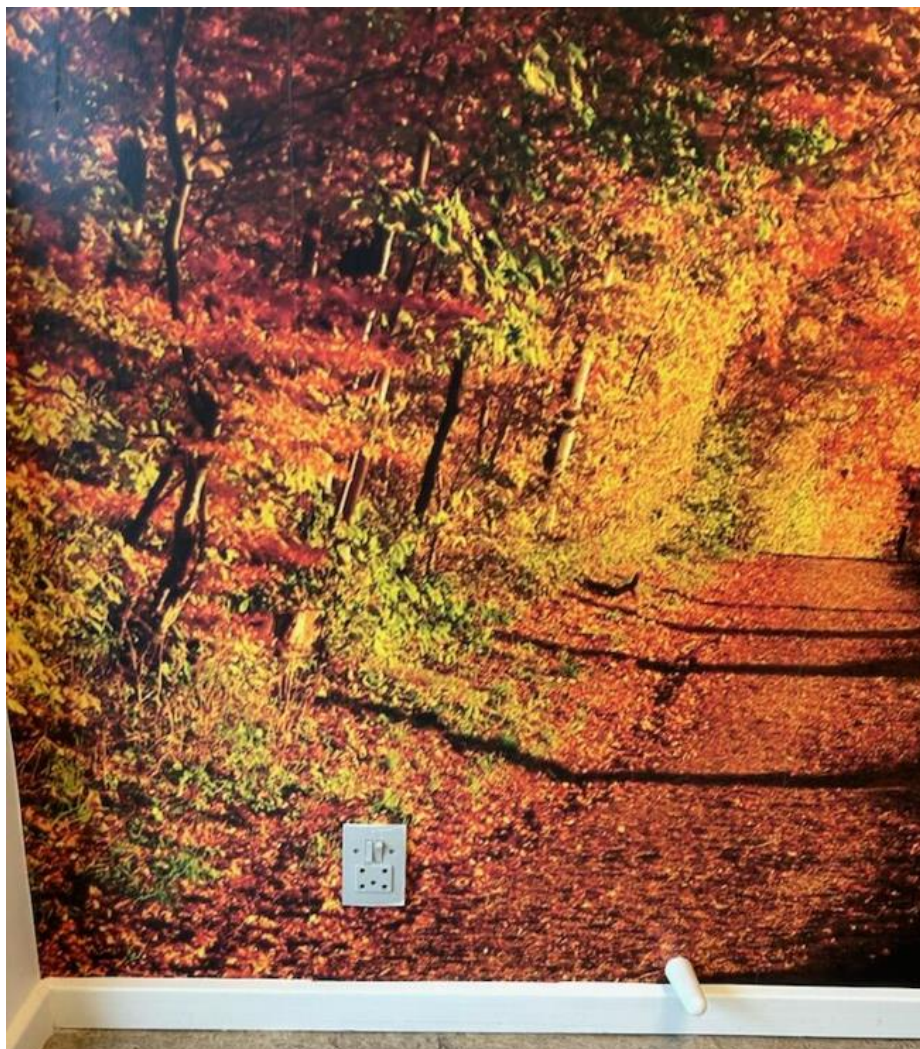




Billeder fra herre-klubben



Naturen på væggen



På Hørup Plejecenter har vi flere steder sat kæmpestore fotos os som en slags tapet. Et af dem er fra en smuk skov ved efterårs tide. En af de ansatte sagde forleden, da hun stod og beundrede billedet på væggen: "Jeg undrede mig over, at der var en stikkontakt i skovbunden!". Ja, når man kan leve sig så meget ind i billederne, så må man da sige, at det giver mening at dekorere væggene med skove og andet natur.

Aktiviteter i marts 2024

Tirsdag 5. marts Gymnastik i aktivitetscentret kl. 10.30. For alle.

Onsdag 6. marts Nørkle klub i daghjemmet kl. 10.00-12.00. For beboere.

Onsdagsfrokost for kommunens pensionister i spisestuen kl. 12.00.

Torsdag 7. marts Dame/herre aktiviteter i aktivitetscentret og daghjemmet kl. 10.30. For beboere og brugere af daghjemmet.

Fredag 8. marts Bustur til Nørreskoven. For inviterede beboere.

Tirsdag 12.marts Erindringsdans i aktivitetscentret kl. 10.30. For alle.

Onsdag 13.marts Brunch i spisestuen kl. 9.00-11.00. For beboere og brugere af daghjemmet.

Nørkle klub i daghjemmet kl. 10.00-12.00. For beboere.

Torsdag 14.marts Gudstjeneste i aktivitetscentret kl. 10.30. For alle.

Fredag 15.marts Bustur Kegnæs rundt. For inviterede beboere.

Mandag 18.marts Astrids Tøjbutik i aktivitetscentret kl. 10.00. For alle.

Tirsdag 19.marts Gymnastik i aktivitetscentret kl. 10.30. For alle.

- Onsdag 20.marts Påskefrokost i spisestuen kl. 11.30. For beboere.
- Torsdag 21.marts Dame/herreaktiviteter i aktivitetscentret og daghjemmet kl. 10.30. For beboere og brugere af daghjemmet.
- Fredag 22.marts Vi sejler med færgen Hardeshøj-Ballebro kl. 10.00-12.00. For inviterede beboere.
- Tirsdag 26.marts Erindringsdans i aktivitetscentret kl. 10.30. For alle.
- Onsdag 27.marts Nørkle klub i daghjemmet kl. 10.00-12.00. For beboere.
- Torsdag 28.marts Gudstjeneste i aktivitetscentret kl. 10.30. For alle.
- Fredag 29.marts Bustur til Broagerland kl. 10.00-12.00. For inviterede beboere.

//Ret til ændringer forbeholdes//

Hertil kommer alle de aktiviteter, som opstår spontant og uden for plan, samt 1:1 aktiviteterne ude på afdelingerne.



(Foto fra pixabay.com)

Madplan juli 2023

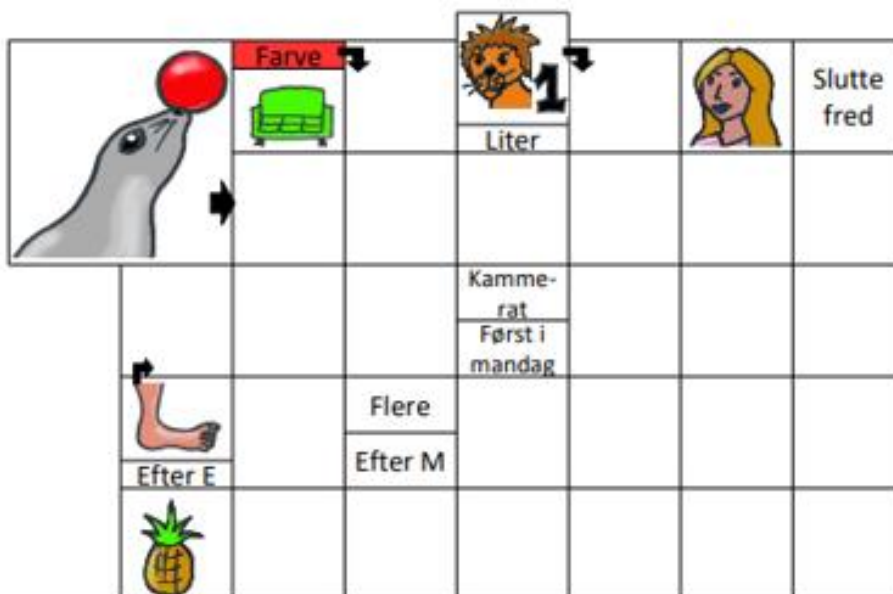
Fredag	1	Forlorenhare med skysovs og kartofler Vinterkoldskål med kirsebærsovs
Lørdag	2	Klarsuppe med kød-/melboller, urter, ris og kuvertbrød
Søndag	3	Rullesteg med svesker, skysovs og kartofler Ostelagkage
Mandag	4	Hønefrikasse med kartofler Rabarbergrød med mælk
Tirsdag	5	Svampestroganoff med kartoffelmos Rådhuspandekager
Onsdag	6	Koteletter med skysovs og kartofler Cremesuppe med syltetøj
Torsdag	7	Glaseret skinke og flødekartofler Solbærsuppe med tvebakker
Fredag	8	Boller i selleri med kartofler Pære cream crunch
Lørdag	9	Pølser med varm kartoffelsalat
Søndag	10	Kylling i rødvin og kartofler Fløderand med jordbærpure
Mandag Peter P.	11	Bøf med løg, bearnaisesovs og kartofler Islagkage
Tirsdag	12	Stegt rødspætte med persillesovs og kartofler Mannavælling med kanelsukker
Onsdag	13	Brunch
Torsdag Martha P.	14	Flæskesteg med skysovs, kartofler og rødkål Islagkage
Fredag	15	Brændende kærlighed Hindbærrød med mælk
Lørdag	16	Kartoffel-/porresuppe med bacondrys og flutes
Søndag Martin L.	17	Bøf med løg, skysovs og kartofler Fløderand med saftsovs
Mandag	18	Baconruller med skysovs og kartofler Frugter med flødeskum

Tirsdag	19	Kinesisk risret Rødgrød med fløde
Onsdag	20	Selleribøffer med krydderkartofler og tomatsovs Gulbudding med saftsovs
Torsdag	21	Vi laver mad ude på afdelingerne
Fredag	22	Æg med sennepssovs og kartofler Appelsinsuppe med vaniljeis
Lørdag	23	Aspargessuppe med kødboller og flutes
Søndag Louise H.	24	Bagt laks med stuvet spinat, kartofler og broccoli Hjemmelavet vaniljeis
Mandag Arne W.	25	Tomatsuppe Frugt med råcreme
Tirsdag	26	Vi bekæmper madspildsdag
Onsdag	27	Fiskefrikadeller med persillesovs og kartofler Risengrød med kanelsukker og saft
Skærtorsdag	28	Lam med skysovs, kartofler og waldorfsalat Appelsinfromage med flødeskum
Langfredag	29	Krebinetter med stuvede ærter/gulerod og kartofler Jordbærgrød med mælk
Lørdag	30	Tarteletter med høns og asparges
Påskedag søndag Hans Jørgen R.	31	Kong Fiddes livret Hjemmelavet is

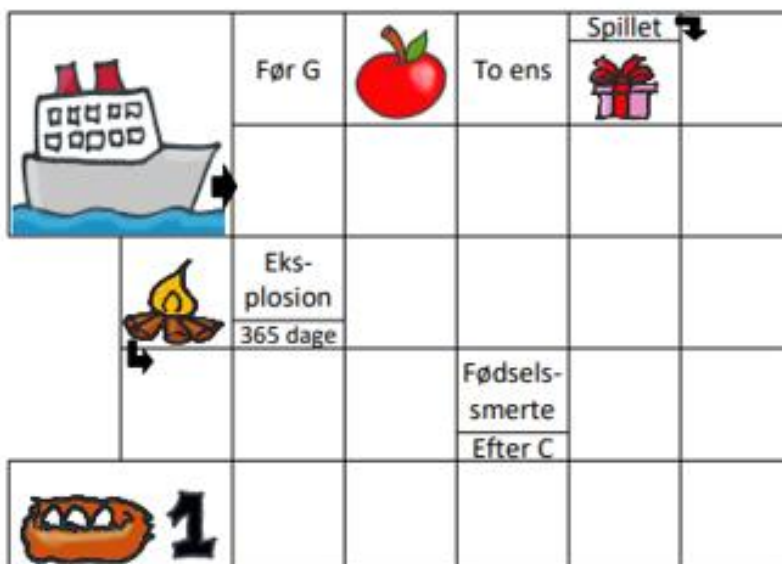
Ret til ændringer forbeholdes.

Til alle retter serveres der grønsager, salat eller surt.

Månedens krydsord



Copyright hyggeleg.dk



(krydsordene bringes med tilladelse fra hyggeleg.dk)

Referat beboer- og pårørenderådsmøde, Hørup Plejecenter

Dato	08-02-2024	Kl. 13.30-15.00
Sted	Hørup Plejecenter, spisestuen v. køkkenet	
Referent	Ulla Pedersen	
Deltagere	Birger Jønsson, Mimi Christine Stolberg, Poul Maribo Pedersen, Ingolf Pedersen, Jonna Hedegaard Jensen, Dorthe Vagner Kastrup Henning Elmholt og Ulla Pedersen.	
Fraværende med afbud	Viola Jonsson, Birte Sørensen	
Næste møde	11-04-2024	

Sagsfremstiller	Ulla Pedersen
	Godkendelse af referat fra møde den 16. november 2023
Beskrivelse af punktet	Godkendelse af referatet fra sidste møde. Opfølgning af punkter.
Mål	Enighed om referatet
Metode	Information, drøftelse
Konklusion/ beslutning	Referatet godkendt. Ulla følger op på punktet om "ved livets afslutning", hvor plejecenterets personale er blevet bedre til at tage op med beboere og pårørende, hvad ønsker til den sidste tid er, samt at få det skrevet i journalen.

Sagsfremstiller	Jonna Hedegaard Jessen
	Orientering fra havegruppen
Beskrivelse af punktet	Der er blevet dannet en havegruppe, der arbejder med udvikling af haven på Hørup Plejecenter, og gruppen har holdt sine første møder. Deltagerne i gruppen er: Viola Jonsson (køkkenleder), Helle Elmholt (Øst), Martin Madsen Lund (Syd), Lene Corydon (datter af Margit, Drejet), Jonna Hedegaard Jessen (datter af Rikke, Øst), Simon Berg (teknisk serviceansvarlig), Sylvia Jacobsen (køkkenansat, Nord). Jonna fortæller om gruppens foreløbige tanker og ideer.
Mål	At rådet hører om og kan udtale sig om gruppens foreløbige arbejde.
Metode	Information og drøftelse
Konklusion/ beslutning	Havegruppen har mange ideer. Ikke alle vil kunne realiseres her og nu, men der arbejdes med en langsigtet plan, som så vil kunne tages op trinvist. Der er bestilt en tegning af plejecenterets grund, som den ser ud nu – derfor er en mand ved at måle op og tegne, idet der ikke forefindes gamle tegninger af dette. Havegruppen tager hensyn til fx

	<ul style="list-style-type: none"> - Vild med vilje (der skal være plads til mange arter, både vilde blomster og stauder) - Haven skal være let at passe for vores teknisk service afdeling - Der skal være farver og dufte - Gerne flere bærbuske - Rindende vand (fontæne) - Anlægge stier rundt i haven, så man kan gå på opdagelse - Bænke og borde, så man kan slå sig ned rundt omkring - Beplantning, så man kan "gemme" sig i haven og sidde i ro. <p>Der er et ønske om at få et orangeri, hvor man kan sidde ude under tag og med glas for i den kølige tid, og nyde haven i en større del af året.</p> <p>Havegruppen fortsætter sit arbejde, og vi hører mere løbende, ligesom planerne skal godkendes ledelsesmæssigt, når de er mere konkrete. Økonomien forventes at blive skaffet via fondsansøgninger.</p>
--	---

Sagsfremstiller	Ulla Pedersen
	Orientering fra plejecenterlederen
Beskrivelse af punktet	Ulla orienterer om ny plejecenterchef i Sønderborg kommune, indførelse af nyt omsorgssystem, nyt regeringsudspil på ældreområdet
Mål	Orientering om forhold, som påvirker Hørup Plejecenter. Vi forventer, at det er en positiv påvirkning.
Metode	Information
Konklusion/ beslutning	<p>Lene Gram Herborg er fra 1. januar 2024 ny chef for plejecentrene i Sønderborg Kommune. Hun kommer fra stillingen som myndighedschef i kommunen.</p> <p>Pr. 28.2.24 indføres nyt journalsystem. Det hedder CURA og er en afløser for et gammelt system, som alle andre kommuner var gået væk fra, men som Sønderborg kommune stadig bruger. Nu kommer CURA, og det betyder bedre muligheder for at dokumentere. Personalet skal dog lige lære systemet at kende, hvilket kommer til at tage lidt tid. Vi sørger for, at alt noteres alligevel, også på papir i en periode.</p> <p>Regeringen har netop udsendt et nyt ældreudspil. Det hedder "Regeringens ældrereform. Du bliver aldrig for gammel til at have det godt". Ulla fortæller kort om delene i udspillet, og alle tilstedeværende har også fulgt lidt med i pressen. Vi talte om, at et af punkterne i udspillet er, at en kommune kan vælge at tillade "lokalplejehjem" med større frihed og lokal forankring. Selv om et lokalplejehjem stadig er offentligt, vil det få sin egen bestyrelse, fritages fra en række af de kommunale regler og krav, og borgerne får mulighed for at tilkøbe ydelser. Vi talte om, hvad det vil kunne betyde, hvis den enkelte beboer kan tilkøbe ekstra muligheder, og om det vil skabe en gruppe beboere, som har råd og kan få alt, og en gruppe beboere, som ikke har råd til det samme som andre. Der henvises til Ældresagens medlemsblad fra februar 2024, artiklen "Plejehjem eller pengemaskine" men er enige om, at sådan behøver det jo ikke at gå, så vi afventer, hvad Sønderborg kommune ønsker at gøre på dette punkt.</p>

Sagsfremstiller	Ulla Pedersen
	Vedtægter for beboer- og pårørenderådet samt indledende drøftelser om næste valg til rådet.
Beskrivelse af punktet	Beboer- og pårørenderådet på Hørup Plejecenter har et sæt vedtægter, som gennemgås hvert andet år og revideres ved behov. Vi gennemgår vedtægterne (vedlagt som bilag) og drøfter, om noget skal revideres.
Mål	At vedtægter revideres.
Metode	Drøftelse og beslutning
Konklusion/ beslutning	Vi drøftede vedtægterne og reviderede følgende: Antallet af medlemmer ændres til 11 medlemmer + op til 3 suppleanter, som indtræder, hvis et medlem udtræder af rådet. Suppleanterne vælges for en periode af 1 år, mens medlemmer fortsat vælges for en periode af 2 år. Vedtægterne er hermed vedtaget og træder i kraft fra det kommende valg.

Sagsfremstiller	Birte Sørensen og Ulla Pedersen
	Næste valg til beboer- og pårørenderådet
Beskrivelse af punktet	Hvert år i maj/juni måned er der valg til beboer- og pårørenderådet. Der vælges medlemmer til en to-årig periode, og i år er Mimi, Henning, Ingolf og Birte er på valg. Birger udtræder af rådet ved valget. Poul og Jonna er først på valg til foråret 2025. Vi skal have lavet en plan for det valg, som finder sted inden sommerferien. Vores vedtægter siger bl.a. følgende om valget: <ul style="list-style-type: none"> - Rådet sammensættes, så der maksimalt er 14 medlemmer - Der skal være flest beboere/pårørende - Et antal medarbejderrepræsentanter - Frivillige, der er tilknyttet plejecentret - Der kan være deltagelse af daglige ledere - Rådets medlemmer vælges for 2 år ad gangen. - Valg afholdes hvert år. - Formanden for rådet er sammen med centerlederen ansvarlig for, at valget afvikles. - Valget finder sted i april kvartal. - Alle beboere og den pårørende, som beboeren ønsker som valgbar, har stemmeret. Vi drøfter ideer til rekruttering til kandidater. <u>Forslag:</u> sidste frist for opstilling d. 9. april, hvilket betyder, at vi på beboerrådsmødet d. 11. april kan afgøre, om der bliver tale om fredsvalg, eller om der skal afvikles valg. Valgfesten d. 8. juni 2024 kl. 14-16.
Mål	Påbegynde forberedelser til næste valg til beboer- og pårørenderådet.
Metode	Drøftelse og beslutning

Konklusion/ beslutning	<p>Vi nåede ikke en detailplanlægning af valget – dette overlades til formand og sekretær, og der er endnu et beboer- og pårørenderådsmøde inden valget at planlægge i.</p> <p>Ingolf fortalte, at han ikke genopstiller til rådet. Vi skal have afklaret, om øvrige medlemmer på valg genopstiller og reklamere for nye medlemmers indtræden.</p>
-----------------------------------	--

Sagsfremstiller	Birte Sørensen
	Evt.
Klokken	14.50-15.00
Beskrivelse af punktet	Opsamling af spørgsmål/kommentarer.
Metode	Information
Konklusion/ beslutning	<ul style="list-style-type: none"> - Vi vedtager at flytte mødet d. 5. september 2024 frem til 12. september for at Ulla kan deltage (hun har nemlig ferie d. 5.9.). - Flaghejsning. Poul gør opmærksom på, at flagreglerne for hejsning af flag på halv stang ikke overholdes. Ulla lover at repetere reglerne for personalet.