

Kontaktinformation

Nyttige telefonnumre:

Lotte Moritz	87 44 80 02 / 23 72 31 07
Jonna Kjeldsen	87 44 80 03 / 23 72 31 20
Tina Birch	87 44 80 11 / 23 72 31 08
Sascha Lanther	20 52 45 79
Anne Sørensen	87 44 80 05 / 23 72 31 09
Administration	87 44 80 00
Køkken	87 44 80 21
Vicevært Henrik Friis	87 44 80 12
Koord. sygepl. Helle Fisker	87 44 80 15 (vesthus)
Koord. sygepl. Anja Hjorth	87 44 80 43 (østhus og sydhus)
Østhuset	87 44 80 36 (træffes bedst ml. 11.-14.30 i hverdage)
Sydhuset	87 44 80 29 (træffes bedst ml. 11.-14.30 i hverdage)
Vesthuset	87 44 80 22 (træffes bedst ml. 11.-14.30 i hverdage)
Nattevagter	87 44 80 44 / 87 44 80 45



Beboer-bladet

Marts 2021



OK  Fonden
Egå

Information

Indledning

Arrangementerne i denne måned er annonceret til at foregå rundt i husene.

Alt efter hvilke udmeldinger vedr. Corona-restriktioner, der kommer fra regeringen, vil det evt. være muligt at lempe denne adskillelse af husene, som vi har praktiseret længe. Ændringer vil fremgå på skærmene.

Besøg skal fortsat foregå i egen lejlighed. Vi anbefaler en negativ test inden besøget.

Gæsteseng

Det er muligt at leje en gæsteseng/drømmeseng, hvis man gerne vil have overnattende pårørende. Prisen er 150 kr. inkl. dyne, sengetøj og morgenmad. Booking foretages ved henvendelse i receptionen på telefon 87448001 i hverdage kl. 09.00-15.00.



Gæste-WiFi

Der er 2 muligheder for at komme på netværk her på OK-Fonden Egå:
- **"SmartAarhus"** (kode fås ved at vælge "SMS-kode")
- **"OKF-GUEST"** (se kode nedenfor)

Bruger: internet
Kode: internet



Menuplan

	Hovedret	Biret
Ons 17	Hakkebøf i løgsauce Kartofler, rødbede	Fersken m. råcreme
Tors 18	Brændende kærlighed m. Kartoffelmos, rødbede,	Pandekage m. syltetøj
Fre 19	Flæskesteg m. brun sauce Kartofler, rødkål	Stikkelsbærgrød
Lør 20	Fisk m. bacon og lys sauce Kartofler, rosenkål	Frugtsalat
Søn 21	Kalvefrikassé m. kartofler Ribsgelé	Is m. vaffelrør
Man 22	Stegt flæsk m. persillesauce Kartofler, rødbede	Citronfromage m. flødeskum
Tirs 23	Boller i karrysauce Ris, ærter	Chokolademousse
Ons 24	Fiskefrikadelle m. kold remosauce Stegte kartofler, citron	Pæretærte m. cremefraiche
Tors 25	Millionbøf m. kartoffelmos Rødbede	Alliancegrød
Fre 26	Hvidkålsrouletter m. sauce Kartofler, rødbede	Kærnemælksfromage m. saucesauce
Lør 27	Farsbrød m. kold sauce Stegte kartofler og rodfrugter	Rødtrifli
Søn 28	Hakkebøf i løgsauce Kartofler, rødbede	Henkogt blomme m. Vaniljeis
Man 29	Kartoffelsuppe m. drys Flutes	Pære crumble m. Creme fraiche
Tirs 30	Karbonade m. stv. ærter/gulerod Kartofler, rødbede	Fersken med råcreme
Ons 31	Sellerigratin m. smørsauce stegte rodfrugter	Jordbær-rabarbermousse Ret til overraskelser forholdelses

Menuplan




Hovedret

Biret

Man 1	Dampet fisk på grøntsagsbund m. Citronsauce, kartofler	Fuglerede m. frugtsalat
Tirs 2	Nøddepostej m. flødekartofler Tyttebær	Ymerfromage m. Karamelsauce
Ons 3	Tarteletter m. høns i asparges Tomat, pynt	Alliancegrød m. fløde
Tors 4	Koteletter i fad m. tomatsauce Kartoffelmos, asier	Ananas m. makronskum
Fre 5	Indbagt mørbrad m. brun sauce Kartofler, rødbede	Chokolademousse
Lør 6	Bøfstroganoff m. ris Drueagurk	Blommetærte m. flødeskum
Søn 7	Tender pork m. flødekartofler Haricot verts, ribsgele	Romfromage m. flødeskum
Man 8	Farsbrød m. tzatziki stegte kartofler, fetasalat	Nougatis m. vaffel
Tirs 9	Tærte m. laks, hytteost og porre Stegte rodfrugter	Kærnemælkssuppe m. rosin
Ons 10	Farserede porre m. lys sauce Kartofler, rødbede	Æblegrød m. fløde
Tors 11	Irsk stuvning m. persilledrys	Irsk scones m. syltetøj og Flødeskum
Fre 12	Kalkunbryst m. paprikasauce Kartofler, stegte svampe	Bondepige m. slør
Lør 13	Enebærgryde m. bagt kartoffelmos haricots verts/gulerødder	Citronfromage m. flødeskum
Søn 14	Kogt okse m. peberrodssauce Kartofler, tyttebær	Pandekager m. is
Man 15	Lasagne m. salat	Chokolademousse
Tis 16	Biksemad m. kartoffeltern Spejlæg, ketchup, rødbede	Vaniljebudding m. saftsauce

Kryds og tværs

Navn: _____ Lejlighed: _____

1 		2 		3 Hvad er efternavnet på forfatteren til bøgerne "Busters verden" og "Drengene fra Sankt Petri"?									
LET 15	1	FOR-NAVN	MÆRKE	NORGE	FANGE	FOR-NAVN	★	BRÆD-DER	ØSTRIG	FISKE-UDSTYR	DYR	KORT	AV
2							RED-SKABET DREJER						
TONER				SUND DRIK					FARVE ØJE-BLIKKET				
SVAR			TALORD TONE			BIO SAGT						SKIBS-BETEG. NARRET	
LITER		AFGIFT FYR						FUGL FUGLE					RØGEN
HÆNDE				ØVE-STYKKE FOR-NAVN						BALLADE IDENTISKE			
SKUD					3 ANONYM								SMALL STED-ORD
GRØNT LAG			ORIGI-NALER UBE-KENDT						I BUND TONE				
								LEVNET					

Denne kryds og tværs kan udfyldes og afleveres i receptionen inden torsdag den 25. marts. Pårørende er velkommen til at hjælpe.

Vi trækker lod mellem de indleverede og udtrækker én vinder. Præmien vil være forskellig fra måned til måned.

Sidste måneds vinder Inga Søndergaard, lejlighed 5

Kommende arrangementer

"Kan du huske?" eftermiddagshygge v/Pernille den 3. marts

Kan du huske de gamle sanglege, vi legede som børn?
Bro bro brille, tag den ring og lad den vandre m.fl.
Vi hjælper hinanden med at huske og synge nogle af de gamle sanglege.
Kom og vær med.

Sydhuset: kl. 14.30

Veshuset: kl. 15.15

Østhuset kl. 16.00

Musikcafé i husene på skift v/Pernille den 5. marts

Østhuset: kl. 10.15

Vesthuset: ca. kl. 10.50

Sydhuset: ca. kl. 11.25

Irsk tema i husene den 11. marts kl. 14.30

Den 17. marts fejres Sankt Patricks dag i Irland og overalt, hvor irske udvandrere har slået sig ned.

Dagen er både en hyldelse til helgenen Sankt Patrick og en fejring af irsk kultur. Dagen er Irlands nationaldag.

Vi tager lidt forskud på dagen og fejrer den allerede den 11. marts.

Kom og få lidt af historien om Sankt Patrick.

Kom gerne i grønt tøj – eller tag et eller andet grønt på.

Og kom og hør hvorfor grønt tøj hører med til denne dag.

Der serveres Irsk kaffe og irsk eftermiddagsbrød til.

Til aftensmaden senere, vil vores køkken servere irsk stuvning og Guinness øl (også mulighed for alm. øl)

Kl. 14.30: I alle husene (der er 1 vært for arrangementet i hvert hus)

Kl. 18.00: Irsk middag



Aktiviteter og arrangementer

To 25 Kl. 9-12	Træning ved terapeuter i træningslokalet (deltagelse efter aftale med terapeuterne)
Fr 26 Kl.10.30	Musikcafé i husene på skift v/Pernille
Lø 27 Kl.15.00	Lørdags-film i husene
Sø 28	
Ma 29 Kl. 9-12	Træning ved terapeuter i træningslokalet (deltagelse efter aftale med terapeuterne)
Ti 30 Kl. 11.00	Find et påskeæg
On 31 Kl. 14.30	Sange der vækker minder i husene på skift Gudstjeneste i Caféen (nærmere tidspunkt følger)

Aktiviteter og arrangementer

Arrangementerne er gratis for beboere, der er tilmeldt aktivitetspakken

On 17 Kl.14.30	Forår og fuglestemmer i husene på skift
To 18 Kl. 9-12	Træning ved terapeuter i træningslokalet (deltagelse efter aftale med terapeuterne)
Fr 19 Kl.10.30	Musikcafé i husene på skift v/Pernille
Lø 20 Kl.15.00	Lørdags-film i husene
Sø 21	
Ma 22 Kl. 9-12	Træning ved terapeuter i træningslokalet (deltagelse efter aftale med terapeuterne)
Ti 23 Kl.10.15	"Sjov med balloner" v/Lilian på skift i husene
On 24	

Kommende arrangementer

Musikcafé i husene på skift v/Pernille den 12. marts

Østhuset: kl. 10.15
Vesthuset: ca. kl. 10.50
Sydhuset: ca. kl. 11.25

Forår og fuglestemmer den 17. marts

Kom og få et strejf af forår.
Ikke alle kan længere gå udenfor og høre lærker og solsortefløjte – eller se forårets blomster skyde op af jorden.
Denne eftermiddag vil vi derfor tage det hele med indendørs og se/høre foråret på det store tv.
Kl. 14.30: Østhuset
Kl. 15.15: Vesthuset
Kl. 16.00: Sydhuset



Musikcafé i husene på skift v/Pernille den 19. marts

Østhuset: kl. 10.15
Vesthuset: ca. kl. 10.50
Sydhuset: ca. kl. 11.25

Kommende arrangementer

"Sjov med balloner" eftermiddagshygge v/Lilian den 23. marts i husene på skift

Veshuset: kl. 14.30

Sydhuset: kl. 15.15

Østhuset: kl. 16.00

Musikcafé i husene på skift v/Pernille den 26. marts

Østhuset: kl. 10.15

Vesthuset: ca. kl. 10.50

Sydhuset: ca. kl. 11.25

Find et påskeæg den 30. marts kl. 11.00 (samme tid i alle husene)

Vi skal ud i gårdhaverne og se, om påskeharen har været her og lægge nogle æg. Mød op med passende tøj på til vejret.



Sange der vækker minder v/Pernille den 31. marts (erstatte musikcafé den 2. april)

Kom og hør nogle af de gode gamle sange, som vi alle kender og kan synge med på.

Kl. 14.30: Østhuset

Kl. 15.15: Vesthuset

Kl. 16.00: Sydhuset



Aktiviteter og arrangementer

Ti 9	
On 10	
To 11 Kl. 9-12 Kl. 14.30	Træning ved terapeuter i træningslokalet (deltagelse efter aftale med terapeuterne) Irsk tema i husene
Fr 12 Kl. 10.30	Musikcafé i husene på skift v/Pernille
Lø 13 Kl. 15.00	Lørdags-film i husene
Sø 14	
Ma 15 Kl. 9-12	Træning ved terapeuter i træningslokalet (deltagelse efter aftale med terapeuterne)
Ti 16	

Aktiviteter og arrangementer

Arrangementerne er gratis for beboere, der er tilmeldt aktivitetspakken

Ma 1 Kl. 9-12	Træning ved terapeuter i træningslokalet (deltagelse efter aftale med terapeuterne)
Ti 2	
On 3 Kl.14.30	Eftermiddagshygge v/Pernille i husene på skift
To 4 Kl. 9-12	Træning ved terapeuter i træningslokalet (deltagelse efter aftale med terapeuterne)
Fr 5 Kl.10.30	Musikcafé i husene på skift v/Pernille
Lø 6 Kl.15.00	Lørdags-film i husene
Sø 7	
Ma 8 Kl. 9-12	Træning ved terapeuter i træningslokalet (deltagelse efter aftale med terapeuterne)

Kommende arrangementer

Film

Filmene går på skift i husene. Se oversigten længere nede.

Milk (2008)

Biografisk drama om ikonet Harvey Milk, der som den første i USA blev valgt til et offentligt embede, som erklæret homoseksuel. Hans engagement har store personlige omkostninger, men sætter for alvor homoseksuelles rettigheder på dagsordenen i USA.

Filmen Milk blev nomineret til otte Oscars i 2009, bl.a. for bedste film. Sean Penn vandt sin anden Oscar for bedste mandlige hovedrolle og Dustin Lance Black vandt en Oscar for bedste originale manuskript. Medvirkende bl.a. Sean Penn.

OBS 2 timer og 2 min.



Oplevelser fra Østjylland

1 time og 50 minutters historiefortælling om store og små begivenheder i Østjylland. Disse er skildret gennem filmoptagelser indsamlet fra historiske arkiver og danskernes egne gemmer. De mange film er krydret med citater fra personer tæt på begivenhederne og skaber en enestående beskrivelse af danskernes hverdag gennem de sidste 100 år. Bl.a. om sporvogne i Århus, livet på Århus havn, besættelsen, om bopligssituationen, om at være skoleelev og meget mere.

Kommende arrangementer

Far til Fire på hjemmebane (2008)

Far og hans fire børn lever lykkeligt i det lille rækkehus, og den distraerte Onkel Anders er ligeså fjollet, som han plejer at være. Far er på teambuilding kursus med jobbet og kommer sent hjem hver aften. Så Søs, Mie og Ole må derfor selv klare hverdagen på hjemmefronten med Lille Per. Da Far får stjålet sin pung, kommer han i større vanskeligheder, end han umiddelbart regner med. For i pungen ligger en tipskupon med 13 rigtige til en værdi af 280.000 kroner, som tilhører firmaets tipsklub, og Far har ansvaret for at indløse kuponen. Medvirkende bl.a. Niels Olsen, Jess Ingerslev, Søs Egelind, Martin Brygmann, Therese Glahn og Jesper Asholt.



Kommende arrangementer

Gårdsangerne fra Thy (2020)

Koncert med de festlige gårdsangere fra Thy. Det er livsglæde og sange som vi kender. Filmen indeholder både optagelser fra koncert på plejehjem og i kirken – og dokumentar hvor musikanterne fortæller om, hvad det betyder for dem at tage rundt og sprede glæde med musikken. Kom og syng med på sange vi alle kender.



	06.03	13.03	20.03	27.03
SYD	Milk	Far til fire på hjemmebane	Gårdsangerne fra Thy	Fortællinger fra Østjylland
VEST	Far til fire på hjemmebane	Milk	Fortællinger fra Østjylland	Gårdsangerne fra Thy
ØST	Fortællinger fra Østjylland	Gårdsangerne fra Thy	Far til fire på hjemmebane	Milk