

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
Louise Nielsen	30 62 71 02
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
Koord. sygepl. Anja Hjorth	87 44 80 10
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

November 2022



OK Fonden
Egå

Information

Indledning

Nu har vi holdt vores 10 år fødselsdag i hele oktober - med en masse fest og farver. Det er så godt som sikkert, at vi har godt vejr, når vi har OK-tur - således også til "fødselsdags-udgaven". Der var højt humør, pølsevogn og jazzmusik. Vi har også haft både en forrygende brunch, modeshow, matiné og ikke mindst fødselsdagskoncert med Keld og Hilda. Desværre har der også været et par aflysninger pga. Corona, men de afholdte arrangementer er blevet afholdt med alle forsigtighedshensyn, tests osv.

Selvom fødselsdagen er overstået, så fortsætter vi med gode og forskelligartede aktiviteter. Tag bare et kig i bladet.

Der er god tid til evt. at skaffe en klaphat, til vi skal se VM åbningskamp på storskærm den 22. november.

November byder også på de første julearrangementer – nemlig julemarked, besøg af nabogårdens julepyntede heste og julepyntning i huset.

Nye beboere på OK-Fonden Egå

Vi byder velkommen til:

Lejl. 23 Anne Rasmussen



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
Tors 17	Gule ærter m. kogt kød Rugbrød, sennep, rødbede	Frugtsalat
Fre 18	Tærte m. porre og hytteost ovnstegt græskar	Æblegrød m. fløde
Lør 19	Flækesteg m. brun sauce Kartofler, rødkål	Ananas m. råcreme 
Søn 20	Fisk i tomat-svampesauce Ris, broccoli	Mini berliner m. hindbær
Man 21	Løgssuppe m. flutes	Ymerfromage m. saftsauce
Tirs 22	Hamburgerryg m. grønlangkål Kartofler, rødbede	Jordbærgrød m. fløde
Ons 23 Restaurant	Enebærgryde m. ris Salat m. savojkål	Citronfromage m. flødeskum
Tors 24	Frikadelle m. stv. hvidkål Kartofler, rødbede	Cæsarsalat m. flutes
Fre 25	Oksesteg m. sauce Kartofler, grønt	Islagkage 
Lør 26	Medister m. stv. kartofler sennep, rødbede	Hytteostdessert m. børsauce
Søn 27	Græsk farsbrød, gulerodstzatziki Stg. kartofler, selleri	Pandekager m. syltetøj/is
Man 28	Boller i karrysauce Ris, bønner	Frugt 2 slags
Tirs 29	Kødsauce m. pasta Broccoli	Kærnemælkssuppe m. rosin
Ons 30	Æggegratin m. kartofler, hytteost Purløg, rugbrød	Frugtgrød m. fløde

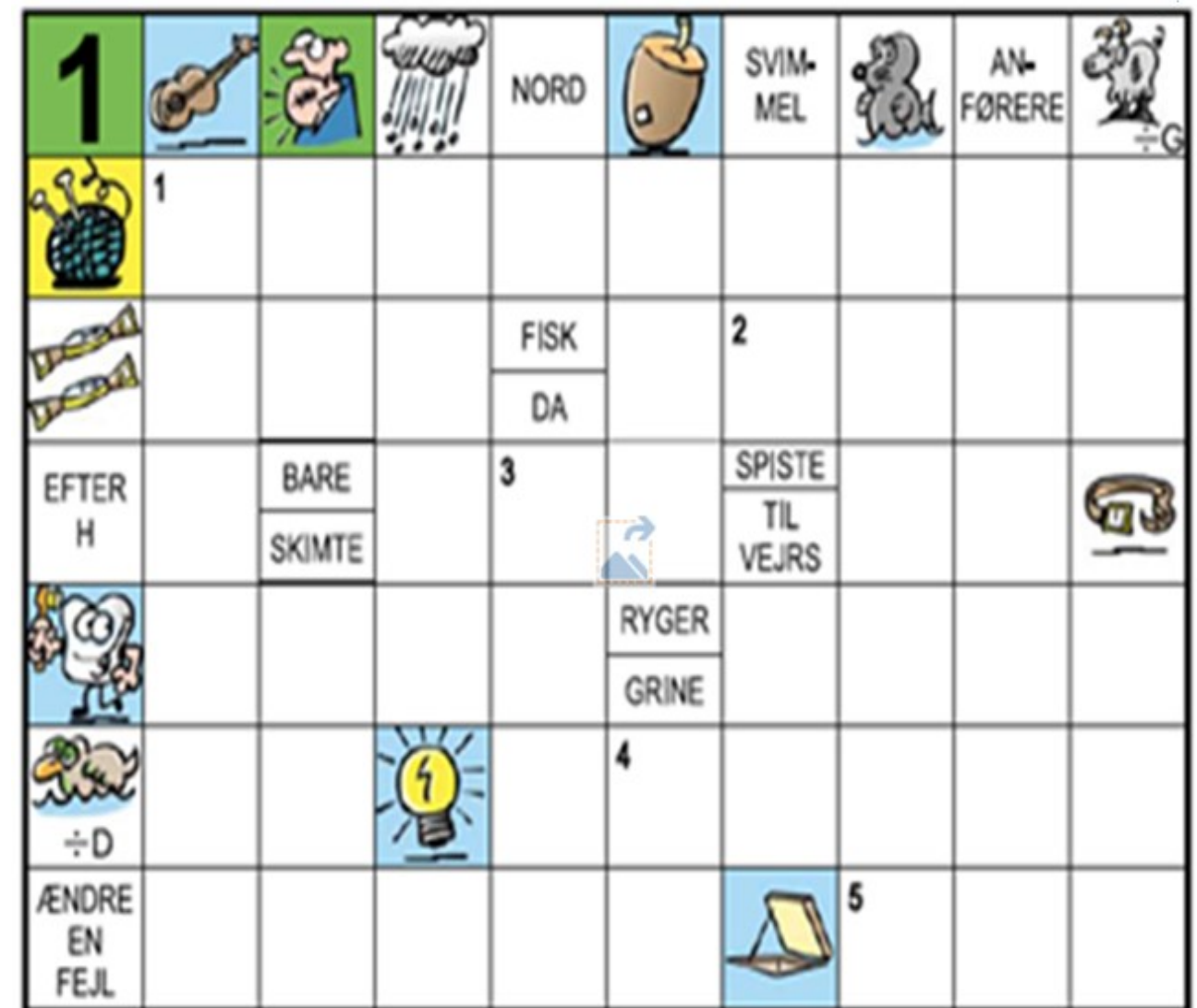
(Ret til overraskelser forbeholdes)

Menuplan

Hovedret		Biret
Tirs 1	Valgflæsk m. persillesauce Kartofler, rødbeder	Jordbærgrød m. fløde
Ons 2	Karrykål m. rødbede, sennep Gulerødder	Ost og kiks
Tors 3	Grønkålssuppe m. Flutes	Fersken m. makronskum
Fre 4	Flæskesteg m. brun sauce Kartofler, rødkål	Gl dags æblekage m. Flødeskum, ribsgele 
Lør 5	Kalvesteg m.brun sauce, hvidløgsflutes Stg. rodfrug, aguksalat, rødbede	Blinis med solbærskum 
Søn 6	Damp fisk m. dildsauce m. kogte kartofer og carotter	Is m. vafler
Man 7	Karrysuppe m. flutes + salg	Blinis m. flødeostcreme
Tirs 8	Karbonade m. stv. Ærter/gulerod Kartofler, rødbede	Frisk frugt
Ons 9	Damp fisk på risottobund Persilledrys	Flødebolle
Tors 10 Mortens aften	Stg andebryst m. brun sauce Kartofler, rødkål	Ris al a mande m. kirsebærsauce
Fre 11	Sellerigratin m. Smørsauce, stg. gulerødder	Citronfromage m. flødeskum
Lør 12	Gullasch m. kartoffelmos Rødbede	Chokolademousse m. Flødeskum
Søn 13	Kyllingeoverlår m. brun sauce Kartofler, agurkesalat	Is m. vafler
Man 14	Fiskelasagne råkost	Frugt 2 slags
Tirs 15	Chili sin carne m. ris Creme fraiche	Lakseroulade m. flutes
Ons 16	Mørbrad ala creme Kartofler, broccoli	Vanilje is m. bærsauce

Kryds og tværs

Navn: _____ Lejlighed: _____



KODEORD:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Denne kryds og tværs kan udfyldes og afleveres i receptionen inden torsdag den 24. november. 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: Alice Nielsen, lejlighed 46

Kommende arrangementer

Banko mandag den 10. november kl. 14.00

Så inviteres der igen til det traditionsrige bankospil. Kom og prøv lykken og få en dejlig eftermiddag. Der spilles i alt 2 spil med gevinst på 1 række samt fuld plade, så chancen for at komme hjem med en gevinst er stor.

Arrangement er for alle beboere, der er med i aktivitetspakken. Det vil glæde beboerne og os meget, hvis pårørende kan komme og give en hjælpende hånd.



Der serveres kaffe og kage.

Julemarked onsdag den 16. november kl. 14.00 - 16.00

Igen i år vil vi have julemarked med et mindre, men varieret, udvalg af boder med forskelligt hobbyarbejde.

Der vil være god mulighed for at købe små julegaver. Eksempelvis kan der købes marmelade, små patchwork juleting, kranse, forskellige kort, drejede træ-ting og små ophæng/dekorationer.

Der vil være et caféområde med selvbetjening, hvor det vil være muligt at købe en æbleskive og en kop kaffe.

Kom forbi og nyd den hyggelige stemning og gør et godt julekøb.

Vi beder pårørende om hjælp til, at beboerne har kontanter at handle for. Pårørende er meget velkomne.



Aktiviteter og arrangementer

To 24 Kl. 9-12	Træning ved terapeuter i træningslokalet (deltagelse efter aftale med terapeuterne)
Fr 25 Kl.10.30	Musikcafé i Caféen (Poul Steen spiller) Juletræet pyntes mens vi synger
Lø 26 Kl.15.30	Lørdags-film i husene
Sø 27 Kl. 15.00	Hesteoptog på p-pladsen
Ma 28 Kl. 9-12 Kl. 15.00	Træning ved terapeuter i lokale 1 og 2 (deltagelse efter aftale med terapeuterne) Quiz med dyr i Caféen
Ti 29 Kl.11.00 Kl.14.30	Strikketøj og kaffehygge v/Susanna i Caféen Siddende gymnastik i træningslokalet (deltagelse efter aftale med fysioterapeut Jesper)
On 30 Kl. 11.00	Gudstjeneste i lokale 1 og 2

Aktiviteter og arrangementer

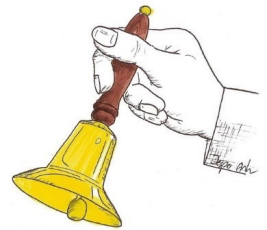
Arrangementerne er gratis for beboere, der er tilmeldt aktivitetspakken

On 16 Kl. 14.00 - 16.00	Julemarked i Caféen
To 17 Kl. 9-12	Træning ved terapeuter i træningslokalet (deltagelse efter aftale med terapeuterne)
Kl. 14.30	Beboermøde i Caféen
Fr 18 Kl.10.30	Musikcafé SPECIAL i Caféen (Liva Weel)
Lø 19 Kl.15.30	Lørdags-film i husene
Sø 20	
Ma 21 Kl. 9-12	Træning ved terapeuter i lokale 1 og 2 (deltagelse efter aftale med terapeuterne)
Ti 22 Kl.11.00	Baileys og kaffehygge v/Susanna i Caféen
Kl.14.00	Storskærm "Fodbold VM åbningskamp" i Caféen
On 23 Kl. 17.30	Restaurantaften i Caféen

Kommende arrangementer

Beboermøde torsdag den 17. november kl. 14.30

Vi afholder beboermøde igen for hele huset.
Pårørende er meget velkommen til at deltage.
Meld gerne til hvis du kommer som pårørende.



Musikcafé SPECIAL (Liva Weel) fredag den 18. november kl. 10.30

"Glemmer du så husker jeg det ord for ord"

Liva Weel var den største danske revystjerne, som har levet. En fantastisk stemme og en magisk udstråling. I kender sikkert sangene "Glemmer du" og "Gå med i lunden".

Sangfuglene Laila og Marlena (flyvende oplevelsesmedarbejdere) kommer i fine kjoler med portvin og rejsegrammofon. De fortæller Liva Weels historie og synger hendes sange for at mindes den stjerne, hun var.



Storskærm - Fodbold VM åbningskamp tirsdag den 22. november kl. 14.00

Danmark spiller sin første åbningskamp i VM mod Tunesien. Det foregår i Qatar, men vi er med i Caféen i Egå på vores store TV.

Der serveres øl, vand og snack – og så skal vi huje og gyngede.

Kom gerne med rødt og hvidt tøj, klaphat osv.

Alle Roligans er velkomne :-)



Kommende arrangementer

Restaurantaften onsdag den 23. november kl. 17.30

Kom til vores hyggelige restaurantaften for beboere og pårørende. Der serveres en dejlig hovedret samt dessert og kaffe.

Menuen denne aften består af:

- Enebærgryde m. ris, salat og savojkål
- Citronfromage m. flødeskum

Pris: 150 kr. for pårørende og gæster inkl. 1 genstand (vin, øl eller vand)

Tilmelding og betaling: SENEST den 17.11.2022 kl. 12.00 i Caféen.

Tilmelding er bindende.

Vi afholder restaurantaften en gang pr. måned, og der er meget stor tilslutning til disse aftener, hvilket vi er meget glade for. For at vi kan forberede og tage godt imod jer, vil vi bede om at huske tilmelding og at overholde fristen.

Vi glæder os til en hyggelig aften.



Hesteoptog ved P-pladsen søndag den 27. november (1. advent) kl. 15.00

Igen i år får vi hyggeligt julebesøg af heste, børn og voksne fra nabogården Vidtskue.

De kommer ridende på julepyntede heste, rider nogle omgange i rundkørslen.

Hestene kan ses fra Caféen eller glasgangene.

Optoget rider fra nabogården "Vidtskue" ca. kl. 15, så vi kan se de ankommer ca. 10 minutter senere.



Aktiviteter og arrangementer

On 9	Gulvslibning i gangene så derfor er aktiviteter aflyst Visiteret træning efter aftale med fys.
To 10 Kl. 9-12	Træning ved terapeuter i træningslokalet (deltagelse efter aftale med terapeuterne)
Kl. 14.00	Banko i Caféen
Fr 11 Kl. 10.30	Musikcafé i Caféen (Eva spiller)
Lø 12 Kl. 15.30	Lørdags-film i husene
Sø 13	
Ma 14 Kl. 9-12	Træning ved terapeuter i lokale 1 og 2 (deltagelse efter aftale med terapeuterne)
Ti 15 Kl. 11.00	Quiz og kaffehygge v/Susanna i Caféen
Kl. 14.30	Siddende gymnastik i træningslokalet (deltagelse efter aftale med fysioterapeut Jesper)

Aktiviteter og arrangementer

Arrangementerne er gratis for beboere, der er tilmeldt aktivitetspakken

Ti 1 Kl.11.00	Halloweens historie og kaffehygge v/Susanna i Caféen
Kl.14.30	Siddende gymnastik i træningslokalet (deltagelse efter aftale med fysioterapeut Jesper)
On 2	
To 3 Kl. 9-12	Træning ved terapeuter i træningslokalet (deltagelse efter aftale med terapeuterne)
Fr 4 Kl.10.30	Musikcafé i Caféen (Ove spiller)
Lø 5 Kl.15.30	Lørdags-film i husene
Sø 6	
Ma 7	Gulvslibning i gangene så derfor er aktiviteter aflyst Visiteret træning efter aftale med fys.
Ti 8	Gulvslibning i gangene så derfor er aktiviteter aflyst Visiteret træning efter aftale med fys.
Kl. 11.00	Neglelak og kaffehygge v/Susanna - OBS i husene

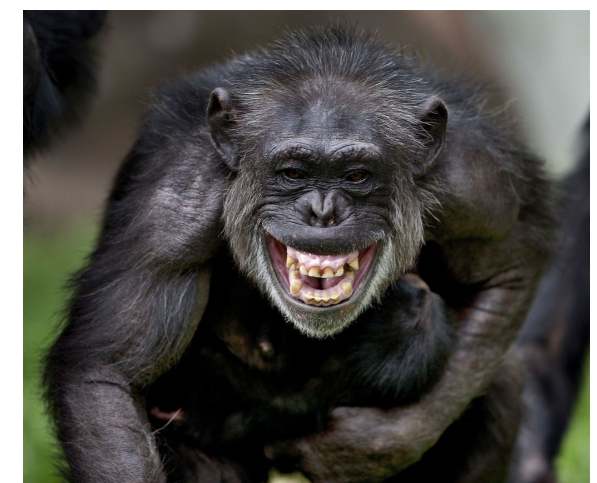
Kommende arrangementer

Quiz med dyr mandag den 28. november kl. 15.00

Jette Sørensen (sosu-hjælper) var i sommer en tur i både Ålborg Zoo og Ree Park.

Det er der kommet en quiz ud af. Kom og vær med og få lidt hjerne-gymnastik.

Kaffen drikker vi hjemmefra.



Kommende arrangementer

Film i husene lørdage kl. 15.30

Dansen med Regitze (1989)

I den fredfyldte kolonihaveforening har Regitze og hendes mand Karl Aage et dejligt hus. Regitze har fået stillet diagnosen: Uhelbredelig syg. Det må ikke få betydning for deres hverdag. Familien må heller ikke få noget at vide. Karl Aage er meget bekymret for hende, og i ledige stunder glider tankerne tilbage i tiden.

Medvirkende bl.a.: Ghita Nørby, Frits Helmuth, Henning Mouritzen, Birgit Sadolin og Kirsten Rolfess.

Varighed: 1 time og 23 min.



The Devil Wears Prada (2004)

Komedie.

Andy drømmer om at blive journalist. Hun får job hos Miranda Priestly, modeverdenens mægtigste kvinde og forvandler sig fra en utjekket collegepige til en mode-rigtig kvinde. Efterhånden indser Andy, at succes har sin pris, men er det prisen værd?

Medvirkende bl.a.: Meryl Streep og Anne Hathaway.

Varighed: 1 time og 50 min.



Kommende arrangementer

Han, hun, Dirch og Dario (1962)

Autoforhandleren Poul interesserer sig mere for sportsbiler og unge piger end for sin yndige kone Marianne. Hun forlader ham og flytter på et muntert pensionat, hvor guitaristen Eigil charmer, og Mario synger så dejligt, at værtindens 16-årige datter smelter.

Medvirkende bl.a.: Dirch Passer, Gitte Hænning, Dario Campeotto, Ghita Nørby, Ebbe Langberg Musik af Sven Gyldmark

Varighed: 1 time og 51 min.



Spillets regler (2003)

Underholdende psykologis drama/skarp komedie.

43-årige Manfred Finnemann arbejder som lektor på Institut for Psykologi. Da et professorat bliver ledigt, beslutter Manfred sig til at gøre op med mange års tilbageholdenhed og søger stillingen. Han får uventet modstand, da Manfreds gamle studiekammerat Poul pludselig dukker op efter flere år i USA. Selvom Manfred er ekspert i vredeshåndtering befinder han sig hurtigt i en uoverskuelig situation, og opdager, at han er parat til at gå meget langt for at få ønskejobbet.

Medvirkende bl.a.: Peter Ganzler, Stine Stengade, Henrik Prip.

Varighed: 1 time og 21 min.



	05.11.	12.11.	19.11.	26.11.
SYD	Spillets regler	Dansen med Regitze	The Devil Wears Prada	Han, hun Dirch og Dario
VEST	The Devil Wears Prada	Spillets regler	Han, hun Dirch og Dario	Dansen med Regitze
ØST	Dansen med Regitze	Han, hun Dirch og Dario	Spillets regler	The Devil Wears Prada