

Kontaktinformation

	Telefonnr.	Mail
Hovednr.	87 44 80 00	155.info@ok-fonden.dk
Lotte Moritz, chef	23 72 31 07	lmo@ok-fonden.dk
Jonna Kjeldsen, leder	23 72 31 20	jkj@ok-fonden.dk
Tina Birch, faglig leder	23 72 31 08	tbi@ok-fonden.dk
Sascha Bendixen, souschef	20 52 45 79	sla@ok-fonden.dk
Anne Sørensen, leder	23 72 31 09	anso@ok-fonden.dk
Køkken	87 44 80 21	
Henrik Friis, vicevært	23 72 31 18	hfr@ok-fonden.dk
Louise Andersen, sygeplejerske (øst)	87 44 80 43	loa@ok-fonden.dk
Maja Ugelvig, sygeplejerske (vest)	87 44 80 15	mug@ok-fonden.dk
Anja Hjorth, sygeplejerske (syd)	87 44 80 10	anhj01@ok-fonden.dk
Pernille A. Jensen, fysioterapeut	87 44 80 06	okfpaj@ok-fonden.dk
Rasmus Thorhauge-Bertelsen, fysioterapeut	87 44 80 07	rath@ok-fonden.dk
Susanna D. Laursen, ergoterapeut	87 44 80 08	sdl@ok-fonden.dk
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	

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



Beboer-bladet

November 2025



Information

Indledning

Så fik vi fejret husets 13 års fødselsdag med manér! 

Heldigvis nåede vi at booke Keld og Hilda til vores fødselsdagsfejring. Vi fik ønsket dem en rigtig god pensionisttilværelse efter en skøn koncert.

Dagene bliver mørkere, bladene bliver røde, og vi hygger indenfor.

November byder på både festlige og hyggelige arrangementer. Modeshow og tøjsalg, julemarked, restaurantaften og et brag af en beboerfest.

Traditionen tro skal vi have vores lille hyggelige julemarked med boder og salg af forskellige lækkerier og håndværk/håndarbejde. Vi håber, at pårørende vil bakke op og hjælpe så beboerne har kontanter til både julemarked og tøjsalg.
Og mest af alt: AT I VIL KOMME OG VÆRE MED:-)

Flere beboere har glæde at en cykeltur på den nye dobbeltcykel med vores cykelpilot Niels fra Røde Kors. Dog er det ved at blive koldt i vejret, og der er brug for varm påklædning til cykelturen.
Vi opfordrer til, at beboere der ønsker at cykle, får hjælp til at anskaffe passende tøj.

Hvis cykelturen skal være en fornøjelse, anbefaler vi følgende:

- En god vindtæt jakke man kan bevæge sig i
- Varm sweater til at have under jakken
- Handsker, halstørklæde og hue
- Vindtætte overtræksbukser. Husk at de skal være rigeligt store samt til at få af og på
- Varmt og lukket fodtøj

Nye beboere på OK-Fonden Egå

Vi byder velkommen til:

Lejl. 52 Birthe Vedholm Hansen
Lejl. 47 Birte Flygar Søby

Menuplan

	Hovedret	Biret
Man 17 Beboerfest	Svampe risotto m. grønt drys, flutes	Hytteostdessert m. børsauce
Tirs 18	Wiener schnitzel m. tilbehør	Ost, kiks, druer 
Ons 19	Dagens smørrebrød	Alliancegrød m. fløde
Tors 20	Musaka m. kartoffel Flutes, græsk salat	Hyldebærsuppe m. Tvebakker
Fre 21	Stegeben m. brun sauce Kartofler, grønt	Chokolademousse m. Flødeskum 
Lør 22	Lakselasagne m. broccolisalat	Islagkage 
Søn 23	Faserede porre m. brun sauce Kartofler, waldorfsalat	Fløderand m. jordbær- sauce
Man 24	Tarteletter m. høns i asparges Tomat, persilledrys	Is m. henkogt frugt 
Tirs 25	Flæsketeg m. brun sauce Kartofler, rødkål	Gl æblekage m. Flødeskum 
Ons 26	Dagens smørrebrød	Æblegrød m. fløde
Tors 27	Paprikagryde m. bønner Kartoffelmos, stg rødbede løg, feta	Lakserillette m. nannbrød
Fre 28	Tikka masala m. kylling, ris Broccolisalat	Frugtsalat
Lør 29	Fiske-spinatfad, krydret tomat sauce Kartofler, spidskålsrårkost	Ananas m. makronskum
Søn 30	Skinke m. flødekartofler Damp rosenkål m. løg og feta	Moccadessert m. flødeskum

Ret til overraskelse forbeholdes

Menuplan

	Hovedret	Biret
Lør 1	Bøf stroganoff m. ris Råkost m. ærter, flødedressing.	Ymerfromage m. sauce
Søn 2	Lasagne m. hvidløgsflutes Salat m. oliven, feta, dressing.	Tiramisu
Man 3	Tomatsuppe m. fyld, flutes	Cæsarsalat m. flutes
Tirs 4 Restaurant	Spidsbryst m. brun sauce Kartofler, rødkålsråkost	Ris ala mande m. kirsebær- sauce
Ons 5	Spr. oksesteg m. peberrodssauce Kartofler, salat m. dressing	Ris ala mande m.  Kirsebærsauce
Tors 6	Dagens smørrebrød	Jordbærgrød m. fløde
Fre 7	Asiatisk kalkungrøde m. ingefær Ris, chili-mayo, damp bønner	Pære m. makronskum
Lør 8	Medister m. stv. Kartoffler Blomkål, rødbederåkost m.ribsgele	Appelsinfromage m. flødeskum
Søn 9	Butterdej m. laks Stg. Kartoffler og spidskål	Cambert m solbærsyltetøj
Man 10 M	Stegt andebryst m. brun sauce Kartofler, rødkål	Ris al a mande m. kirsebærsauce
Tirs 11	Dampet fisk m. hollandaisesauce kartofler, damp gulerod	Blommegrød m. fløde
Ons 12	Dagens smørrebrød	Æblesuppe m. kanelfløde
Tors 13	Frikadelle m. stv. Hvidkål Kartofler, rødbede	Marengs m. solbærskum
Fre 14	Grønålssuppe m. flutes	Croissant m. rygeostecreme
Lør 15	Kylling m. krydret tomatsauce Kartofler, damp rosenkål	Trefarvet is m. vafler
Søn 16	Flæsketeg m. brun sauce Kartofler, rødkål	Citronfromage m. Flødeskum

Kryds og tværs

Navn: _____ Lejlighed: _____

2	SKIBS- UDSTYR	ROMER- TAL 1000	↙	BLANDING	CENTRAL- EURO- PÆER	AA	↘	VAND- LØBET
		BRÆND- STOF		P.T.		AFTRYK		YDEL- SERNE
FABEL- DYR								
TIDS- MÅLERNE								
PORTU- GAL								
				SAMT			NORD	
↗				LEJE			FUGL	
TRYK			KOLD RET					
FISK			HOLDT					
HVILET						TONE		
NØGLE						KOMPLET		
					EJER			
↗					KLUKKE			
MASSEN							NORGE	
MELODI							LUXEM- BOURG	
ENKELT				TRÆER				

Denne kryds og tværs kan udfyldes og afleveres i receptionen inden torsdag den . 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: Fanny Nielsen, lejlighed 18

Kommende arrangementer

Restaurantaften tirsdag den 4. november kl. 17.30

Kom til vores hyggelige restaurantaften for beboere og pårørende. Der serveres en dejlig hverdags hovedret produceret af sæsonens råvarer, samt en lækker dessert med tilhørende kaffe.

Menuen denne aften består af:

- Spidsbryst m. brun sauce, kartofler, rødkålsråkost
- Ris ala mande m. kirsebærsauce

Pris: 190 kr. (børn under 12 år halv pris) for pårørende og gæster inkl. 1 genstand (vin, øl eller vand)

Tilmelding og betaling: SENEST mandag den 3. november kl. 12.00
Tilmelding er bindende.

For at vi kan forberede og tage godt imod jer til restaurantaftenen, vil vi bede jer om at huske tilmelding og at overholde fristen.
Vi glæder os til en hyggelig aften.

OBS: næste restaurantaften er den 2. februar 2026.



Aktiviteter og arrangementer

Arrangementerne er gratis for beboere, der er tilmeldt aktivitetspakken

Ti 25 Kl. 10.30 Kl.14-16	Kryds og tværs samt kaffehygge v/Susanna i Caféen Julemarked
On 26 Kl. 11.00 Kl. 14.30	Gudstjeneste i lokale 1 og 2 Stolegymnastik i træningslokalet v/Rasmus
To 27 Kl. 9-12	Træning ved terapeuter i træningslokalet (deltagelse efter aftale med terapeuterne)
Fr 28 Kl. 10.30	Musikcafé i Caféen (Michael Erbs spiller) JULETRÆET PYNTES Pårørende er velkomne og deltagelse er gratis.
Lø 29 Kl.15.30 /16.00	Lørdags-film i husene (filmen starter mellem kl. 15.30 - 16.00, spørg personalet i huset)
Sø 30 Kl. 15.00	Julepyntede heste i rundkørslen

Aktiviteter og arrangementer

Arrangementerne er gratis for beboere, der er tilmeldt aktivitetspakken

Ma 17 Kl. 11-13	Beboerfest i Caféen
Ti 18 Kl. 10.30	Neglelak og kaffehygge v/Susanna i Caféen
On 19 Kl. 14.30	Stolegymnastik i træningslokalet v/Rasmus
To 20 Kl. 9-12	Træning ved terapeuter i træningslokalet (deltagelse efter aftale med terapeuterne)
Fr 21 Kl. 10.30	Musikcafé i Caféen (Pernille spiller) Pårørende er velkomne og deltagelse er gratis.
Lø 22 Kl. 15.30/ 16.00	Lørdags-film i husene (filmen starter mellem kl. 15.30 - 16.00, spørg personalet i huset)
Sø 23	
Ma 24 Kl. 9-12	Træning ved terapeuter i træningslokalet (deltagelse efter aftale med terapeuterne)

Kommende arrangementer

Modeshow og tøjsalg onsdag den 12. november kl. 14.00

Vi får besøg af Astrids tøjbutik, som vil fremvise butikkens smarte kollektion lige fra tunikaer, nederdele, T-shirts til skjorter, undertøj og overtøj. Der vil blive serveret eftermiddagskaffe midtvejs.

Det er muligt at prøve tøjet efter opvisningen, og ønsker man at købe tøj, sker betalingen kontant eller man kan få et girokort til senere betaling.



Kommende arrangementer

Beboerfest "Rock n'Roll/50'er fest" mandag den 17. november kl. 11-13

Kom til efterårets skønneste fest!

Musikken starter kl. 11.00. Den leveres af Ole og Jørgen (Rock, blues, country, hits).

Kl. 11.30 serveres køkkenets hjemmelavede burgere med pommes frites, dertil fadøl eller vand.

Desserten leveres fra en pandekagevogn, som holder udenfor hovedindgangen. Til pandekagerne serveres kaffe.

Kl. 12.30 er der en lille danseopvisning med 2-3 glade danse-par fra Diamond Dance i Risskov. De viser os dans i 50'er stil.

Festen er for alle beboere.



Aktiviteter og arrangementer

Arrangementerne er gratis for beboere, der er tilmeldt aktivitetspakken

Sø 9	
Ma 10 Kl. 9-12	Træning ved terapeuter i træningslokalet (deltagelse efter aftale med terapeuterne)
Ti 11 Kl. 10.30	Besøg af babyer og kaffehygge v/Susanna i Caféen
On 12 Kl. 14.00	Modeshow og tøjsalg i Caféen
To 13 Kl. 9-12	Træning ved terapeuter i træningslokalet (deltagelse efter aftale med terapeuterne)
Fr 14 Kl. 10.30	Musikcafé i Caféen (Ole Nurdug spiller) Pårørende er velkomne og deltagelse er gratis.
Lø 15 Kl.15.30/ 16.00	Lørdags-film i husene (filmen starter mellem kl. 15.30 - 16.00, spørg personalet i huset)
Sø 16	

Aktiviteter og arrangementer

Arrangementerne er gratis for beboere, der er tilmeldt aktivitetspakken

Lø 1 Kl. 15.30/ 16.00	Lørdags-film i husene (filmen starter mellem kl. 15.30 - 16.00, spørg personalet i huset)
Sø 2	
Ma 3 Kl. 9-12	Træning ved terapeuter i træningslokalet (deltagelse efter aftale med terapeuterne)
Ti 4 Kl. 10.30 Kl. 17.30	Historielæsning og kaffehygge v/Susanna i Caféen Restaurantaften i Caféen
On 5 Kl. 14.30	Stolegymnastik i træningslokalet v/Rasmus
To 6 Kl. 9-12	Træning ved terapeuter i træningslokalet (deltagelse efter aftale med terapeuterne)
Fr 7 Kl. 10.30	Musikcafé i Caféen (Pernille spiller) Pårørende er velkomne og deltagelse er gratis.
Lø 8 Kl. 15.30/ 16.00	Lørdags-film i husene (filmen starter mellem kl. 15.30 - 16.00, spørg personalet i huset)

Kommende arrangementer

Julemarked tirsdag den 25. november kl. 14-17

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, kryddersnaps, drejede træ-ting og små ophæng/dekorationer.

Der vil være et caféområde med selvbetjening, hvor det vil være muligt at få en æbleskive og en kop kaffe. Pårørende er velkomne og kan købe 3 stk. æbleskiver og en kop kaffe for 35 kr.

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.



Besøg af julepyntede heste

søndag den 30. november kl. 15.00

Traditionen tro får vi denne første søndag i advent besøg af nabogårdernes heste og ryttere.

Alle er fint pyntet til jul.

De rider fra nabogården kl. 15 og er her på OK ca. 10 min senere. Her rider de rundt i indkørslen foran hovedindgangen.

Det er muligt at komme udendørs og nyde synet – og ellers kan hestene også ses fra glasgangene og fra lejlighederne der vender ud mod p-pladsen.



Kommende arrangementer

Film i husene lørdage (eftermiddag)

Hver lørdag eftermiddag bliver der vist en film i husene. Der er lidt forskel på rytmen i de tre huse, derfor passer det samme tidspunkt ikke nødvendigvis lige godt for alle huse. Fremover vil lørdagsfilmen blive sat i gang på et tidspunkt mellem kl. 15.30 og 16.00. Spørg personalet i dit hus.



Kapgang (2014)

Filmen udspiller sig over et par uger i året 1976 og handler om den 14-årige Martin fra Sdr. Omme, der står over for at blive konfirmeret, men i stedet for kastes ud i en meget turbulent tid, da hans mor - pludselig og uventet - dør af kræft. Nu må Martin, hans far og storebror indstille sig på en ny virkelighed; en virkelighed som både de og naboerne i den lille jyske provinsby håndterer på hver deres særegne måde.

Medvirkende bl.a.: Anders W. Berthelsen, Sidse Babett Knudsen, Pilou Asbæk, Kurt Ravn

Varighed: 1 time og 43 min.

Min fars store dag (1990)

I slutningen af 1880'erne begiver den lille Pagnol og hans familie sig ud på en rejse, der kommer til at forme resten af deres liv. De åbner porten til Provence, og bag dem ligger et storslået landskab, der dufter af vin, idyl og opdagelser.

Medvirkende bl.a.: Phillippe Caubere , Nathalie Roussel, Didier Pain

Varighed: 1 time og 45 min.

Kommende arrangementer

Slægten (1976)

Den brovtende baron Helmuth får sig en ny ung hustru efter længe at have været domineret af sin mor. Ægteskabet bliver ikke lykkeligt, og da baronen opdager, at hustruen er ham utro, får det voldsomme konsekvenser.

Medvirkende bl.a.: Jens Okking, Bodil Udsen, Poul Reichardt, Helle Hertz. Varighed: 1 time og 50 min.

Tummelumsen (1941)

I den sjællandske provinsby Gammelkøbing går livet sin vante gang med intriger og sladder. Byens original er Emanuel Thomsen, kaldet Thummelumsen, der driver en lille forretning sammen med sin mor. De spinker og sparer for engang at kunne købe den fædrene gård tilbage. Andre markante skikkelser i byen er den misantropiske toldkontrollør Knagsted, kaldet Livsens Ondskab, og hans idealistiske ven, overlærer Clausen. En lotterigevinst sætter omsider Thomsen i stand til at realisere sin drøm.

Medvirkende bl.a.: Hans Kurt. Aage Foss, Vald. Møller, Axel Frische, Lis Smed, Gerda Madsen
Varighed: 1 time og 26 min.

Cirkusrevyen 2012

Cirkusrevyen 2012 bød på en klassisk blanding af satire, komik og musik med et stærkt skuespillerhold.

Medvirkende bl.a.: Lisbeth Dahl, Ulf Pilgaard, Henrik Lykkegaard, Ditte Hansen, Niels Ellegaard.
Varighed: 1 time og 43 min.

	1.11	8.11	15.11	22.11	29.11
SYD	Kapgang	Min fars store dag	Tummelum-sen	Slægten	Cirkusrevyen 2012
VEST	Min fars store dag	Kapgang	Cirkusrevyen 2012	Tummelum-sen	Slægten
ØST	Slægten	Tummelum-sen	Min fars store dag	Cirkusrevyen 2012	Kapgang