

Lysglimt



Det store juletræ på 4. meter
blev pyntet inden 1.søndag i advent.

Det kunne lige være der 😊

Foto :Christian Nørgård

Himmelev gl. Præstegård
01. Årgang — nr. 01 — jan. 2020

Redaktion, gudstjeneste m.v.

Redaktion: Susan Salomonsen, Oasen, ansvarshavende redaktør.
Rita Lund, Lotusstræde 15, medlem af redaktionen.
Christian Nørgård, Lotusstræde 17, medl. af redaktionen.



Gudstjenester i biografen:

Onsdag den 8. jan. kl. 14,30

Naturligvis betjenes plejehjemmet af Himmelev sogns præster, og det er i almindelighed af sognepræst Majbrit Weje Kristensen.



TIL EFTERTANKE: *Vær velkommen* — år 2020.

N.F.S. Grundtvig skrev i god tid før advent 1849 salmen "*Vær velkommen Herrens år*" i den form, som vi synger den til adventssøndag ved ingangen til det nye kirkeår, hvor vi i de fire vers byder (1) julen, (2) påsken, (3) pinsen og (4) hver Herrens dag [alle årets søndage] velkommen. -

Salmen nød straks stor popularitet, og mange bad ham skrive en lignende salme til brug ved indgangen til det verdslige nytår, og hurtigt var den også skabt, så den kunne synges allerede nytårsaften 1849, altså for 170 år siden.

Den går ud fra dét, som til tider også har været fastslået i regeringsgrundlag, og som også fremgår af vores grundlov, at Danmark er et kristent land.

Salmen synges som bekendt af DR's Pigekor hver nytårsaften i radio og fjernsyn. Grundtvig lader os i salmen anråbe og bede Gud om hans firefoldige velsignelse af det nye år og bruger herunder **fire forskellige navne** til Gud:

1 Vær velkommen, Herrens år,
og velkommen herhid!
Sandheds Gud! Lad dit hellige ord
oplive, oplyse det høje Nord!
Velkommen, nytår, og velkommen her!

2 Vær velkommen, Herrens år,
og velkommen herhid!
Nådens Gud! lad dit solskin i vår
os skænke på marken et gyldent år!
Velkommen, nytår, og velkommen her!

3 Vær velkommen, Herrens år,
og velkommen herhid!
Fredens Gud! den livsalige fred
du skænke vort land til at blomstres ved!
Velkommen, nytår, og velkommen her!

4 Vær velkommen, Herrens år,
og velkommen herhid!
Fader-Gud! os til glæde og gavn
nytåret henskride i Jesu navn!
Velkommen, nytår, og velkommen her!



Susannes side

Jeg ønsker jer alle et godt og lykkebringende nytår med stor tak for det gamle.

I skrevne stund er julepynten ved at blive pakket sammen og nytåret er skudt ind.

Mange beboere var ude juleaften og mange beboere blev hjemme. der blev hygget, spist og sunget og aften har været meget hyggelig, og der er stor ros til medarbejdere og køkkenet for det dejlige måltid.

Alle sad i kaminstuen eller i pejsestuen ved et langbord, som var blevet dækket af Oasens medarbejdere. Meget smukt og højtideligt. Juletræerne i disse hyggelige stuer var pyntet og strålede om kap med de øvrige lys rundt i huset. Tag lige et kig ind på vores hjemmeside og se de skønne billeder og videoer som der blev taget fra juleaften.

Nytårsaften ligeså, her var der også dækket op med et smukt bord, fyldt med bordbomber- der blev skålet med dronningen kl. 18:00 og nytåret blev skålet ind kl. 00:00, sammen med beboere, som lige var oppe for at se fyrværkeriet. Også fra denne aften, er der ros til medarbejdere og køkkenet for måltidet og hyggen.

Feste, ja og lige er julepynten og nytårshattene pakket væk, før der nu skal dækkes op til Himmelev gl. Præstegårds 50 år jubilæum. Vi glæder os til at se jer til et gigantisk kagebord med dertilhørende kaffe, te mm. Vi byder velkommen d. 7. januar 2020 kl. 14.30. I denne anledning vil der blive afsløret et par overraskelser.

1.januar 2020 indførte vi rygestop her på gården. Rygestoppet gælder ikke beboerne.

Hullerne i vejen ved indkørslen til Himmelev gl præstegård og seniorboligerne er ved at blive udbedret langt om længe, det har vi glædet os til i lang tid.

Vandskaderne er ligeså udbedret og her er igen alt ved det gamle 😊

Husk at tilmelde jer cafeaftnerne for pårørende i januar og i marts måned. Vi glæder os til at se rigtig mange pårørende.

Endnu en gang rigtig godt nytår

Nytårshilsner fra Susanne Palmblad



Skal vi tømme et bæger eller fylde et kar?

Af Christian i nr. 17.

En del af os gamle beboere har sikkert hørt den gamle præstekone **Anna Sophie Seidelin** (1913-98) fra Knebel præstegård på Mols holde foredrag, læse op, eller genfortælle et stykke litteratur. Hun var rigtig god til at underholde forsamlinger, har også været i radio og TV.

En af de første dage her i december læste jeg i min avis, at hun en dag udtalte: **"Livet er ikke et bæger, der skal tømmes, men et kar, der skal fyldes."**



Ordene må være et billede på, hvordan det går, hvis man alene lever for at nyde. Altså når man tror, at det alene drejer sig om at få noget ud af livet, at blive mæt på mad og drikke, på oplevelser, lange rejser, på fester og af at gøre, alle de ting man har lyst til, - for så en dag at sidde tilbage med et tømt bæger.

For var det ikke løgn og tomhed alt sammen? Lyssene slukkes, festen er på et tidspunkt slut, og de gamle nydelser er ikke mere noget værd.



Sådan behøver et liv da heller ikke at være. Vi kan nemlig, som Anna Sophie Seidelin siger det, se det som et kar vi livet igennem fylder noget i. Det gjorde vi mere eller mindre i årene, hvor vi var unge og fysisk stærke. Måske var det en virksomhed med arbejde og med gode og sikre indkomster for mange ansatte. Det kan også være, vi fik lov at se børn og børnebørn omkring os, som nu har et godt og dejligt liv.

Siden blev vi halvgamle, men kunne stadig fylde en del værdier over i vort kar. Vi har i vort liv gennem de mange årtier tilegnet os erfaringer og visdom at kunne give videre af, og somme tider erfarer vi vel også i dag, at nogle af de unge gider høre på os og gøre efter vore vise råd.

Nu nærmer vi os så den tid, eller har allerede nået den, hvor vi er blevet nogle nytteløse oldinge, der fristes til at tro, at vi slet intet mere kan præstere her i livet, at vi intet som helst har at kunne fylde i vort kar.

Jeg har i mit lange liv mødt mange gamle mennesker, nogle er smilen-

de, glade, taknemmelige, imødekommende, mens andre er sure, vrantne, misfornøjede med alt og alle.

Den indstilling, som vi møder vore omgivelser med, sætter altid sit præg.



Det kan være et taknemmeligt ud-sagnover for den, som hjælper én (vist i øjnene eller udtrykt omkring mundvigen), altså bare et glad smil. Dét kan i al sin beskedenhed være en virkelig fin præstation og kan fylde godt op i det kar, der står tilbage, når vi selv ikke er her mere.

Jeg kommer på mine ture rundt her huset med breve og aviser ind til mange beboere. - En af dem, som jeg er hos alle de seks hverdage i ugen, er en gammel dame, der altid sidder i sin lænestol (jeg har aldrig set hende andetsteds). Hun har ikke ret megen stemme tilbage, så det er svært for mine gamle ører at høre, hvad hun siger, men somme tider kan vi snakke lidt sammen. Hun kan med sine hænder klare lidt håndarbejde, kan tænde og slukke radio og TV, hun kan bladre i og læse sin avis, hun kan kikke ud ad vinduerne og glædes over de skønne blomster, som hendes børn og børnebørn fremtryller året rundt.

Damen kunne godt have valgt at være sur og bitter over alt det, som hun ikke mere kan, men har i stedet valgt at være positiv, at være glad for, at hun har livet, har nogle, der

vil kikke ind til hende, at der er nogle, der vil passe og pleje hende, tage hende op og lægge hende i seng.

Derfor er det simpelthen en fornøj-



else så tit at komme indenfor hos hende med en avis og somme tider også et brev.

Damen er oppe i halvfemserne, er

en olding, en glad én af slagsen, hun putter mange liter i *sit* kar *hver* dag.

Vi går nu ind til et nyt år, 2020, og det er tiden for nytårsforsætter, og skal vi så ikke være positive og lade det være noget i retning af at **møde morgendagen med et smil?**

Grundtvigs sidste vers i salmen "*Morgenstund har guld i mund* (1853)" kan være en god støtte i den retning:

*3 Morgenstund
har guld i mund,
og guld betyder glæde,
og glædelig er hver en dag,
som leves til Guds velbehag,
om end vi måtte græde.*

*4 Gå da frit
enhver til sit
og stole på Guds nåde!
Da får vi lyst og lykke til
at gøre gavn, som Gud det vil,
på allerbedste måde.*

*5 Sol opstår,
og sol nedgår,
når den har gjort sin gerning;
Gud give os at skinne så,
som himmellys, skønt af de små!
Da randt for os guldterning.*



Bankospil

10	33	50	66	82
11	25	43	51	73
1	38	49	67	88

mandag d. 13. jan. KL. 14.30

Vi spiller 4 spil, pris pr. plade for seniorer og pårørende kr. 10.-

Hjælpere ved behov!

OK – Klubbens bibelkreds

samles i "Biografen" på Himmelev gl. Præstegård.
tirsdag d.21.jan. **kl.10.00–11.45**

Beboere er velkomne til at deltage.



Film i biografen



onsdag d.29. jan. 14.30

"Bjørnen"

En af verdens smukkeste naturfilm om en bjørneunge, der ved et klippeskred mister sin mor og derefter tigger sin bjørnefar om at få hjælp til at overleve. En herlig film på fem kvarter, - **og gratis!**





Børnekoret fra Himmelev kirke gik Lucia.



Smukke planter i krukkerne ved hovedindgangen



Julekoncert med kammerkoret Cantimus



Julekoncert med Kildekoret



Den hjemmelavet julesnaps blev hældt på flasker til husets julefrokost



Julefrokost på Himmelev gl. Præstegård

Arrangementseddel

Uge	01.jan., forbehold for ændringer			
Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
	01.	01.	02.	03.
			Kl: 9.00 Træning efter aftale	Kl: 9.00 Træning efter aftale Kl: 10.45 Stole gymnastik Kl: 14.00 Cykel/gåture efter aftale med Oasen

Arrangementseddel				
Uge	02.jan. forbehold for ændringer			
Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
06. Kl: 9.00 Træning efter aftale Kl:10.45 Stole gymnastik	07. Kl: 9.00 Træning efter aftale Kl:10.00 Det rullende sanseværksted på besøg på stræderne	08. Kl:9.00 Wellnes efter aftale	09. Kl: 9.00 Træning efter aftale Kl:10.00 Det rullende sanseværksted på besøg på stræderne Kl:10.30 Besøg af husets besøgshund Frida	10. Kl: 9.00 Træning efter aftale Kl: 10.45 Stole gymnastik
Kl:14.00 Forberedelse til nytårskur og HGP 50års jubilæum	Kl14.30 Nytårskur i restauranten og fejring af Himmelev gl. præstegårds 50 års jubilæum.der bydes på kaffe og kagebord.	Kl:14.30 Gudstjeneste i biografen ved præst Majbritt Weje Kristensen.	Kl:14.30 Billiard i slyngelstuen med frivillige Johnny og Jesper	Kl:14.00 Spilleeftermiddag i Oasen Ludo m.m

Arrangementseddel

Uge 03.jan. forbehold forændringer				
Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
<u>13.</u> <u>Kl: 9.00</u> Træning efter aftale <u>kl:10.45</u> Stole gymnastik	<u>14.</u> <u>Kl: 9.00</u> Træning efter aftale <u>kl:10.00</u> Det rullende sanseværksted på stræderne <u>kl:10.30</u> Lysglimt redaktionen mødes <u>kl:14.00</u> Sang og musik i restauranten ved HC og Svend .Der serveres kaffe og kage	<u>15.</u> <u>Kl:9.00</u> Wellness efter aftale	<u>16.</u> <u>Kl: 9.00</u> Træning efter aftale <u>kl:10.00</u> Det rullende sanseværksted på stræderne <u>kl:10.30</u> Besøg af husets besøgshund Frida <u>kl:14.30</u> Beboermøde i restauranten	<u>17.</u> <u>Kl: 9.00</u> Træning efter aftale <u>kl: 10.45</u> Stole gymnastik <u>kl:13.00</u> Gå tur efter aftale med Oasen-

Arrangementseddel

Uge 04.jan. forbehold forændringer				
Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
<u>20.</u> <u>Kl: 9.00</u> Træning efter aftale <u>kl:10.45</u> Stole gymnastik <u>kl:14.00</u> Kreativ eftermiddag med besøg af Beate, der visser forskellig skind og fortæller om bearbejdelsen af dette.der vises også en lille film om emnet. der serveres kaffe og kage.	<u>21.</u> <u>Kl: 9.00</u> Træning efter aftale <u>kl:10.00</u> Det rullende sanseværksted på stræderne <u>kl:10.00</u> Bibelkreds i biografen <u>kl:14.00</u> Erindringsdans med levende musik i restauranten ved HC og Svend .	<u>22.</u> <u>kl:9.00</u> Wellness efter aftale	<u>23.</u> <u>Kl: 9.00</u> Træning efter aftale <u>kl:10.00</u> Det et rullende sanseværksted på stræderne <u>kl:10.30</u> Besøg af husets besøgshund Frida <u>kl:19.00</u> Spejder truppe med 10-12 årige fra svorgerslev besøger os og stiller spørgsmål om hvordan det var at være barn i "gamle dage" der serveres kaffe og kage	<u>24.</u> <u>Kl: 9.00</u> Træning efter aftale <u>kl: 10.45</u> Stole gymnastik <u>kl:14.00</u> Gå tur efter aftale med Oasen-

Arrangementseddel

Uge 05.jan. forbehold forændringer				
Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
<u>27.</u> <u>Kl: 9.00</u> Træning efter aftale <u>Kl:10.45</u> Stole gymnastik <u>Kl:14.00</u> Mini udflugt efter aftale med Oasen	<u>28.</u> <u>Kl: 9.00</u> Træning efter aftale <u>Kl:10.00</u> Det rullende sanse værksted på besøg på stræderne på besøg på stræderne <u>Kl:14.00</u> Sang og musik i restauranten ved HC og Svend .Der serveres kaffe og kage	<u>29.</u> <u>Kl:9.00</u> Wellness efter aftale <u>Kl:10.00</u> Filmeftermiddag i Biografen, der vises Bjørnen	<u>30.</u> <u>Kl: 9.00</u> Træning efter aftale <u>Kl:10.00</u> Det rullende sanse værksted på besøg på stræderne <u>Kl:10.30</u> Besøg af husets besøgshund Frida <u>Kl:14.30</u>	<u>31.</u> <u>Kl: 9.00</u> Træning efter aftale <u>Kl: 10.45</u> Stole gymnastik <u>Kl:14.00</u> Spille eftermiddag,vi spiller ludo. m.m.

	Hovedret	Biret
onsdag 1	kyllingsnitzel m paprikasauce, sauce, kartofler og grønsager	chokolademousse m ananas
torsdag 2		
fredag 3	frikadeller m stuvet hvidkål og kartofler	æblegrød m mælk
lørdag 4	biksemad m rødbeder og spejlæg	pandekager m syltetøj
søndag 5	hakkebøf m bløde løg, champignonsauce, kartofler og asier	jordbærmousse m flødetop
mandag 6	revlsben m kartofler, sauce og mormor dressing	tunmousse m dressing og flutes
tirsdag 7	kogt kalvekød m sur/sødsauce, kartofler og rosenkål	kalvekødssuppe m boller og urter
onsdag 8	kylling i abrikossauce m ris og broccoliblanding	hindbærgrød m fløde
torsdag 9	fiskefrikadeller m kartofler, rejesauce og gulerødder	hjerteavfler m is og chokoladesauce
fredag 10	forloren and m kartofler, sauce og rødkål	hjemmelavet tomatssuppe m brød
lørdag 11	høns i tarteletter	mannagrød m kanelsukker, smør og saft
søndag 12	husarsteg m kartofler, sauce og æblesalat	sherryfromage
mandag 13	kogt sprængt kam m peberrodssauce, kartofler og grønsager	juliennesuppe m brød
tirsdag 14		
onsdag 15	stegt flæsk m persillesauce, kartofler, sennep og rødbeder	jordbærgrød m mælk
torsdag 16	lakselasagne m salat og flutes	gelerand m cremesauce
fredag 17	pølser m varm kartoffelsalat, sennep og ketchup	hindbærkoldskål m kammerjunker
lørdag 18	forloren hare m kartofler, sauce, gele og grønsager	kartoffel/porresuppe m ristet bacontern og brød
søndag 19	oksesteg i rødvinsauce m smørstegte kartofler og bønner i svøb	bagt æblekage m rørt is
mandag 20	kalvelevergryde m kartoffelmos og rødbeder	ananas m makronflødeskum
tirsdag 21	skipper torsk(paneret torsk) hvidvinsauce og broccoli	rombudding m sauce
onsdag 22	gule ærter m sprængt nakke, sennep, rødbede og snaps	æbleskiver m syltetøj
torsdag 23	ribbensteg m kartofler, sauce og agurkesalat	rødgrød m fløde
fredag 24	persillefarsrulle m kartofler, sauce og blomkålsblanding	champignonsuppe m flutes
lørdag 25	skinke m flødekartofler og grønsager	is m vafler
søndag 26		
mandag 27	kogt høne m mangosauce, ris og grønsager	hønsekødssuppe m boller og urter samt brød
tirsdag 28	stegt sild m æble/løgkompot m pildsauce og råkost	frugtgrød m mælk
onsdag 29	kinesiks risret m mangochutney, ristet kokos og rosiner	æbler i yoghurtcreme
torsdag 30	frikadeller m kartofler, sauce og rødkål	kold frugtsuppe m flødeskum
fredag 31	grønsageslasagne m salat og flutes	aspargessuppe m kødboller og flutes

Nyttige telefonnumre/mail:

Plejehjemmet

Himmelev gl

Præstegård

Himmelev Sognevej
124

4000 Roskilde

Tlf. 46 30 23 30

mail: 130.hgp@
ok-fonden

Læs mere på:
hgp.ok-fonden.dk

Chef Susanne

Palmblad

Tlf. 46 30 23 33

mail: spa@
ok-fonden.dk

Kontor:

Trine Ravn

Christensen

Tlf. 46 30 23 33

mail:
tch@ok-fonden.dk

Afd. Oliven- og

Kirsebærstræde

Tlf. 46 30 23 50

Afd. Leder Lillian

Sørensen

Tlf. 25 73 52 53

mail: lillians@
ok-fonden.dk

Afd. Lotus- og

Violstræde

Tlf. 46 30 23 40

Afd. Leder Rikke

Søder

Tlf. 20 88 56 59

mail: rikkesoder@
ok-fonden.dk

Oasen

Koordinator af

Træning/Aktivitet

Susan Salomonsen

Tlf. 46 30 23 65

mail: susanlp@ok-
fonden.dk

Køkkenet

Tlf. 46 30 23 60

Køkkenleder Ulla

Nørregård

mail: ullanor@
ok-fonden.dk

køkken sous-chef

Hanie Mounadim

mail: haniem@
ok-fonden.dk

Pedel, HGP. Brian

Dyring

Tlf. 20 94 48 15

Mail: briand@
Ok-fonden.dk

Pedel, PGH: John

Pedersen

Tlf. 40752077

Frisør Marianne

Brandt:

Åbent: onsdage

Tidsbestilling
hverdag mellem kl.
13.00—14.00

Tlf. 21 58 50 16

Fodterapeut Linda

Reuber

Telefontid hverdag
8.00-16.00

Tlf. 50 58 56 45

Mail:

kontakt@fodenslinik.
dk

Bandagist Lars

Falkenman

Åbent onsdage kl.
11.00—13.00

Tlf. 31 22 86 94

mail:

lars@flexbrace.dk

Formand for

beboer—påvær.

rådet, Jens Ole

Larsen

Tlf. 51 67 08 22

mail: jolentreprise@
gmail.com