

Lysglimt



Til stor morskab efter formiddagsgymnastikken fik Grethe en tur på rollatoren af Lis C 😊

Himmelev gl. Præstegård

13. Årgang — nr. 05. — maj. 2022

Redaktion. — Gudstjeneste. — Til eftertanke.

Redaktion: Susan Salomonsen, Oasen, ansvarshavende redaktør.
Anny Højbjerg Juhl, Kirsebærstr. 36, medl. af redaktionen.
Erland Namensen, Kirsebærstr. 31, medlem af redaktionen.
Christian Nørgård, Lotusstræde 17, medlem af redaktionen.

Redaktionens medlemmer modtager gerne stof til bladet og gerne med foto. Deadline 2 uger før udgivelsen.



Gudstjeneste:

**Onsdag den 11.
april kl. 14³⁰ i
Oase og Restaurant
ved
sognepræst
Mille Bang.**



Christian i nr. 17: Til eftertanke: - En salme af Grundtvig.

Jesu Kristi rige er vidunderligt som maj i bøgeskove.

- 1 Vidunderligst af alt på jord
er Jesu Kristi rige,
dets herlighed er og så stor,
at det har ingen lige.
- 2 Usynligt vel som sjæl og sind
det nemt dog er at kende,
alt som en stad på bjergetind,
der ses til verdens ende.
- 3 Dets gåde er et Guddoms-ord,
som skaber, hvad det nævner,
som fylder dale trindt på jord
og klipperne udjævner.
- 4 Med det indvies Jesu dåb,
velsignes Jesu bæger,
så hist udspringer livets håb,
og her det vederkvæger.
- 5 Med ordet skabes gode kår
for barnekæmper lave,
så de kan le ad banesår
og springe over grave.
- 6 Med det der skabes vin af vand
og paradys af ørke,
med det der skabes lys om land,
mens verden går i mørke.
- 7 Lad hvisle kun i ormegård,
at riget er lagt øde,
Gud kroner ligefuldt dets år
med frugtbarhed og grøde.
- 8 Dets glans opstår som aks i vang,
som maj i bøgeskove,
ja, prægtig under fuglesang
som gyldensol af vove.
- 9 Det er den store konges glans,
som kun på korset døde,
for at med livets rosenkrans
jordklimpen ham kan møde.
- 10 Ja, når han kommer i det blå,
er kristnes kamp til ende,
hvad troende i spejlet så,
skal salige erkende.
- 11 Da riget er med solekår
til syne og til stede
i evighedens gyldenår
med ret og fred og glæde.

Susannes Side

Så er der skønne nyheder 😊 Sundhedsstyrelsen oplyser at det ikke længere er en anbefaling af bruge mundbind på plejehjemmene. Nu kan alle frit bevæge sig rundt, og sidde og hygge i fællesområderne.

Alle opfordres til ekstra fokus på at efterleve Sundhedsstyrelsens 6 generelle råd til smitteforebyggelse:

1. bliv vaccineret
2. Bliv hjemme hvis du er syg
3. Hold afstand
4. Luft ud og skab gennemtræk
5. vask hænder til eller brug håndsprit
6. Gør rent, særligt på overflader som du rører ved, når du er på besøg hos din kære.

Med disse gode nyheder skal det fejres

Derfor vil vi gerne invitere til Sommerfest

d. 24. maj kl.12.00

før Beboer på HGP, seniorer i PGH, pårørende og frivillige samt venner af huset.

Der serveres pølser fra Bjarnes Pølsevogn og kolde drikke, desserten er isvafler.

Kl. 14.00 vil der være Abba Show

Husk en varm trøje da Arrangementet er udendørs- Vi opfordre seniorer i PGH, pårørende, frivillige og venner af huset til at tage en Festivalstol med, da vi ikke kan garantere en siddeplads

Vi glæder os til at se jer 😊

Sommer hilsner Susanne Palmblad

ÅRSHJUL 2022

FOR STØRRE ARRANGEMENTER

**13. november-
Allehelgens gudstjeneste**

**04. december Julehygge
med beboer og pårørende**

**22. december Julefrokost
på stræderne**

24. december Juleaften

31. december nytårsaften



**d.30. august Rotary arrangement
for beboere og seniorer**

**1. September-Høstgudstjeneste i
Himmelev kirke**

30. september-Høstfest

12. april påskefrokost på stræderne

**5. maj kl:10-16.00 tøjssalg i hall-
modeshow kl. 14.00**

21 og 22. maj –stafet for livet

24. maj sommerfest

10 juni-pinsebal

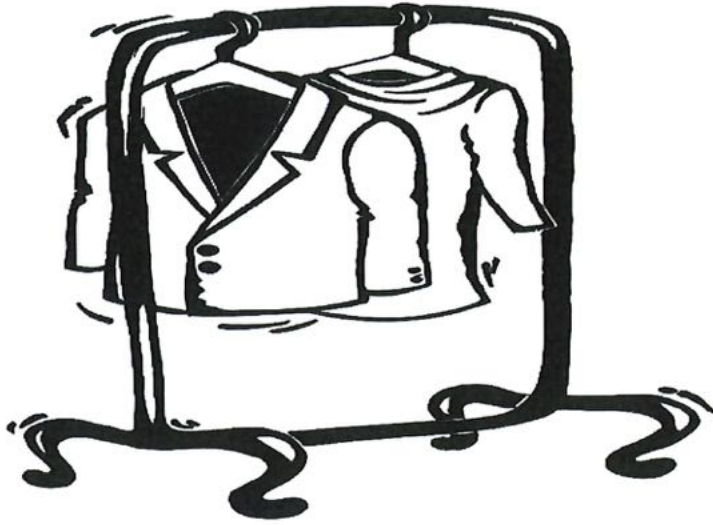
**15.Juni -Valdemarsdag,
Besøg af Danmarkssamfundet**

23. Juni -sankthansaften

**Der vil være opslag med information for arrangementerne når
datoen nærmer sig.**

Forbehold for ændringer

Tøjstativet



tøjstativet@hotmail.com tlf. 31156520

DEN 5/5-22 FRA 10.00-15.00

GLÆDER JEG MIG TIL AT KOMME MED HERRE OG DAMETØJ TIL JER.

GOD KVALITET OG RIGTIG GODE PRISER, SÅ ALLE KAN VÆRE MED.

DER KAN BETALES MED VISA DANKORT, OVERFØRSEL, KONTANT ELLER MOBILPAY

HÅBER AT SE JER!!!

Stafet for Livet 21 maj kl. 12 til 22. maj kl. 12

Igen i år går vi Stafet for Livet på HGP. Vi er i gang i 24 timer og går for at støtte Kræftens bekæmpelse. (sidste år gik vi samlet 467 km)

Seniorer og pårørende er også inviteret, det koster 100 kr. at være med.

Hvis du vil være med, så tilmeld dig på kontoret ved Trine (kl. 10.00 – 15.30) eller via mail tch@ok-fonden.dk

Meld gerne i hvilket tidsrum du kommer 😊

I år har vi fået rundesponsor, det betyder at hver gang vi går en runde så bliver der yderligere doneret et beløb.

Da programmet ikke er endeligt planlagt så hold øje med opslag som kommer senere.

Dog kan nævnes at der er planlagt børnestafet

Børnestafet den 21. kl. 15.00 – 15.24

De har en stafet, hvor vi andre står og hepper. (forældre kan gå med hvis det ønskes)

Der er præmier og godteposer til børnene når tiden er gået.

Det koster 50 kroner for børn at deltage i stafet for livet.

Det er vigtigt Trine på kontoret får besked, så der er præmier og godteposer til dem alle 😊

Jeg glæder mig til at se så mange som muligt

Stafet hilsner

Trine R Christensen

(sekretær på HGP og holdkaptajn ved stafet for livet)

Smertefri pinsler.

Min tandlæge er en vidunderlig dame,
der frejdigt melder i sin reklame,
at hendes behandling er smertefri,
og det ka' de fleste patienter jo li'.
Det er jo ikke gratis, det er da klart,
og til at betale var jeg da også parat,
men da regningen kom - i hele to kuverter,
fik jeg et anfald af lommesmarter.

Udueligt duelig

En due sad på en sommerdag
og nød sit liv i sit dueslag.
Men pludseligt lød der et voldsomt brag,
og duen faldt om med et hjerteslag,
og fra da af var den ganske ubrugelig,
for nu var den simpelthen kun duelig.

Old men's trouble

Det værste problem, en mand kan ha'
er en genstridig prostata.
Her står man som en åndssløv tåbe
og venter på den første dråbe,
der melder, at den næppe kommer
før engang til næste sommer.
Og når man til sidst må lyne op,
så kommer strålen uden stop.
Og det er sgu en klam fornemmelse
forbundet med en stor gang væmmelse,
og man stemples som en gammel nar,
der ikke engang er pisseklar.

Naturen i Maj- Susan/Oasen

Maj måned er opkaldt efter gudinden Maia, mor til den romerske gud Merkur. Og maj står sandelig i moders tegn. Ved søen har andemor nok at gøre med sine ællinger og ved rævegraven patter hvalpene lidt endnu hos tæveræven, der med sin slidte pels viser at modergerningen kræver sit. Maj er i det hele taget fuld af dyrebørn og nyt liv.



Rosmarinlyngen blomstrer



I flere af landets hedemoser og højmoser kan man nu opleve rosmarinlyngen i blomst. De små krukkeformede blomster fra den lille dværgbusk hører til hedemosen og højmosens spændende flora og findes kun på disse lokaliteter, der desværre kun er en rest af sig selv i forhold til tiden før 2. verdenskrig på grund af dræning og opdyrkning. På trods af navnet er planten ikke egnet til krydderi, men køn er den med sine lyserøde blomster.

Hvepsene bygger rede



De sortgule gedehamse har travlt med at opbygge hvepseboet og man kan opleve hvordan hvepsene gnaver træ på havestole, trædøre, brændestykker m.m. Det afgnavede materiale blandes med spyt. Herved omdanner hvepsen træmassen til et papiragtigt byggemateriale som boet opbygges af. Hvepseboet kan få den flotteste struktur med mange farver, der skyldes det forskellige byggemateriale. Inde i boet er der bygget op med celler, hvor æg og larver passes og udvikles.

Maj Uge 18	Mandag <u>d.02</u>	Tirsdag <u>d.03</u>	Onsdag <u>d.04</u>	Torsdag <u>d.05</u>	Fredag <u>d.09</u>
	<p><u>Kl:10.45</u> Stole gymnastik i Oasen</p>	<p><u>Kl:9.30</u> Træning på motionscykel i Oasen efter aftale</p> <p><u>Kl:14.00</u> <u>Sang og musik</u> ved HC. og Sven i Restauranten der serveres kaffe og kage.</p>		<p><u>Kl:9.30</u> Træning på motionscykel i Oasen efter aftale <u>Kl.10.00-15.00</u> Tøjsalg i hall-se opslag i bladet</p> <p><u>Kl:14.00</u> Cykeltur ud det blå med Rickshawcykel ved frivillig Palle efter aftale med Oasen</p> <p><u>Kl:14.30</u> Billard i slyngelstuen ved frivillig Johnny og Jesper, der serveres kolde drikke og snacks</p> <p><u>Kl:15.00</u> Jazzmusik ved Tin Roff jazz band i restauranten, der serveres kolde drikke og snacks</p> <p><u>Kl:19.30</u> Cantamus-koret kommer og øver i biografen og restauranten</p>	<p><u>Kl:10.45</u> Stole gymnastik i Oasen</p> <p><u>Kl:14.00</u> Manicure efter aftale</p>

Forbehold for ændringer

maj Uge 19	Mandag d.09	Tirsdag d.10	Onsdag d.11	Torsdag d.12	Store bededag fredag d.13
	<p><u>Kl:10.45</u> Stole gymnastik Oasen</p> <p><u>Kl:13.00</u> Mini udflugt ud i det blå, efter aftale med Oasen</p>	<p><u>Kl:9.30</u> Træning på motionscykel i Oasen efter aftale</p> <p><u>Kl:14.00</u> Sang og musik ved HC. og Sven i Restauranten der serveres kaffe og kage.</p> <p><u>Kl.19.00</u> Logekoret øver i biografen og restauranten</p>	<p><u>Kl:10.30</u> Beboermøde i restauranten</p> <p><u>Kl:14.30</u> Gudstjeneste i Bio og Restauranten Ved præst Mille Bang med efterfølgende kaffe i restauranten</p>	<p><u>Kl:9.30</u> Træning på motionscykel i Oasen efter aftale</p> <p><u>For beboerne på HGP</u> I anledning af Karen Severinsens på Violstræde fødselsdag vil familien gerne invitere til kaffe og lagkage <u>Kl.14.00</u> I restauranten med underholdning ved Svogerslev orkester.</p> <p><u>Kl:14.00</u> Cykeltur ud det blå med Rickshawcykel ved frivillig Palle efter aftale med Oasen</p>	

Forbehold for ændringer

maj Uge 20	Mandag d.16	Tirsdag d.17	Onsdag d.18	Torsdag d.19	Fredag d.20
	<p><u>Kl:10.45</u> Stole gymnastik i Oasen</p> <p><u>Kl:14.00</u> Manicure efter aftale</p>	<p><u>Kl:9.30</u> Træning på motionscykel i Oasen efter aftale</p> <p><u>Kl:14.00</u> Sang og musik ved HC. og Sven i Restauranten der serveres kaffe og kage. HC og Sven vil Side i midten af Lokalet og Stræderne vil blive delt henholdsvis i Oasen og Biografen</p>	<p><u>Kl:10.45</u> Stole gymnastik i Oasen</p>	<p><u>Kl:9.30</u> Træning på motionscykel i Oasen efter aftale</p> <p><u>Kl:14.00</u> Cykeltur ud det blå med Rickshawcykel ved frivillig Palle efter aftale med Oasen</p> <p><u>Kl:15.00</u> Jazzmusik ved Tin Roff jazz band i restauranten , der serveres kolde drikke og snacks</p> <p><u>Kl:19.30</u> Cantamus-koret kommer og øver i biografen og restauranten</p>	<p><u>kl.9.30 -12.00</u></p> <p>Det er muligt at brevstemme i restauranten for beboer på HGP og Seniorer i PGH.</p> <p>Folkeafstemning om afskaffelse af forsvarsforbeholdet 2022</p> <p>Danmarks deltagelse i det europæiske samarbejde om sikkerhed og forsvar ved at afskaffe EU-forsvarsforbeholdet</p>

Stafet for Livet i Weekenden d. 21-22 maj

se programmet inde i bladet

Forbehold for ændringer

maj Uge 21	Mandag d.23	Tirsdag d.24	Onsdag d.25	Torsdag Kristi himmelfartsdag d.26	Fredag d.27
	<p><u>Kl:10.45</u> Stole gymnastik Oasen</p> <p><u>Oasen Forbereder til sommerfest</u></p>	<p><u>Kl:12.00</u></p> <p><u>SOMMERFEST se opslag inde i bladet.</u></p> <p><u>Kl:19.00</u> Loge koret øver i biografen og restauranten</p>	<p><u>Kl.13.00</u> Miniudflugt efter aftale med Oasen</p>	<p><u>Kl:9.30</u> Træning på motionscykel i oasen efter aftale</p>	<p><u>Kl:10.45</u> Stole gymnastik i Oasen</p> <p><u>Kl:14.00</u> Manicure efter aftale med Oasen</p>
Maj uge 22	Mandag d.30	Tirsdag d.31			
	<p><u>Kl:10.45</u> Stole gymnastik Oasen</p> <p>Oasen henter biblioteksbøger</p> <p><u>KL14.00</u> Bankospil i restauranten og Oasen 4. spil efter 2. spil er der kaffepause</p>	<p><u>Kl:9.30</u> Træning på motionscykel i oasen efter aftale</p> <p><u>Kl:14.00</u> <u>Sang og musik</u> ved HC. og Sven i Restauranten der serveres kaffe og kage.</p> <p><u>kl.19.00</u> <u>Loge koret giver koncert i Hall</u></p>			

Forbehold for ændringer

Hvorfor spiser vi varme hveder dagen før Store Bededag?

Hvis den oprindelige tradition skal følges, spises hvederne først på selve store bededag, dvs. på fredag. Men i dag er der mere tradition for at spise hvederne torsdag aften før store bededag. Traditionen med at spise varme hveder er ikke nogen religiøs tradition, men mere en praktisk foranstaltning. Skikken med varme hveder stammer fra dengang, da store bededag var en arbejdsfri bede- og bodsdag. Alle holdt fri – også bageren, så der var ikke brød til folket på store bededag. I stedet bagte han hvedetvebakker dagen før, så folk kunne købe dem og varme dem på dagen.

Fiberrige hveder

12 stk. a' 100 kcal Ingredienser:

2,5 dl fingervarmt vand

1 pakke gær

350 g hvedemel

2 tsk kardemomme

2 tsk Skallin

1 æg

Fremgangsmåde: Opløs gæren i vandet. Bland de øvrige ingredienser i og ælt dejen godt. Lad dejen hæve tildækket i 45 minutter. Form 12 boller og læg dem tæt sammen i en bradepande beklædt med bagepapir. Lad dem efterhæve i 20 minutter. Bag hvederne ved 170 grader varmluftovn i ca. 15 minutter.


















Forårs-hilsner

køkkenleder Hanie Mounadim

Himmelev Gamle Præstegård

mai-22

	Hovedret	Biret
Søndag 1	appelsin- enebær stegt kylling m. kartofler, sauce og grønsager	ymerfromage m. jordbærsauce
Mandag 2	farsebrød m. æble og tyttebær, ovnbagt rodfrugter, kartofler og sauce	jordbær/banan koldskål m. cornflakes
Tirsdag 3	lakselasagne m. forårssalat og flutes	rødgrød m. fløde
Onsdag 4	rullesteg m. kartofler, sauce, surt og grønsager	blomkålssuppe m. twist sf chili/chokolade
Torsdag 5	krebinetter m. kartofler, stuvet ærter/gulerødder	pandekager m. nøddecreme
Fredag 6 		
Lørdag 7	chili con carne m. ris og flutes	melonsalat m. ymercreme
Søndag 8	kyllingsnitzel m. bearnaisesauce, kartofler og grønsager	pære belle helene
Mandag 9	marineret sild m. stuvet kartofler og grønsager	jordbægrød m. mælk
Tirsdag 10	kogt glaseret bacon på bunden af hvidkål m. kartofler og karotter	aspargessuppe m. brød
Onsdag 11	tarteletter m. rejerstuvning	pandekager m. syltetøj
Torsdag 12 		
Fredag 13	ølmarineret svinekæbe m. sauce, stegt kartofler og waldorfsalat	pæretærte m. cremefraiche
Lørdag 14	karrygryde m. ris og salat	ymerkoldskål m. kammerjunker
Søndag 15	husartsteg m. kartofler, vildsauce, æblesalat og grønsager	fløderand m. hindbærsauce
Mandag 16 		
Tirsdag 17	æggekage m. flæsk sennep og rødbeder	ferskner m. solbærskum
Onsdag 18	dampet laks m. hollandaisesauce, kartofler og grønsager	hvid/chokolademousse m. flødetop
Torsdag 19 		
Fredag 20	ribbesteg m. kartofler, sauce og rødkål	hønsesalat på bund af ananas og flutes
Lørdag 21	boller i selleri m. kartofler, rødbeder og rugbrød	æblegrød m. mælk
Søndag 22 		
Mandag 23	forårsgryde m. kartofler	kold hybbesuppe m. flødeskum
Tirsdag 24	sommerfest	aspargessuppe m. kødboller og flutes
Onsdag 25	kalkunfrikadeller m. kold æblesauce, kartofler og gulerødder	ferskensuppe m. rejer samt flutes
Torsdag 26	provanceskinke m. flødekartofler og broccoli	romfromage
Fredag 27	kylling pie m. tomatsalat og flutes	stikkelsbægrød m. mælk
Lørdag 28	spaghetti m. kødsauce, revet ost majs og rødbeder	pære m. karamel flødeskum
Søndag 29	oksesteg i rødvinssauce, kartofler, bønner og surt	jordbærmousse
Mandag 30	fish and chips m. remoulade citron og råkost	nougat is m. vafler
Tirsdag 31	forloren hare m. vildtsauce, kartofler, gele og broccoli	koldskål m. kammerjunker

Nyttige telefonnumre/mail:

Plejhjemmet Himmelev

gl Præstegård

Himmelev Sognevej 124
4000 Roskilde

Tlf. 46 30 23 30

mail: 130.hgp@ok-fonden.dk

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 Hanie

Mounadim

mail: haniem@ok-fonden.dk

Souschef Ulla

Nørregård

mail: ullanor@ok-fonden.dk

Pedel, HGP. Brian

Dyring

Tlf. 20 94 48 15

Mail: briand@Ok-fonden.dk

Pedel, PGH: John Pedersen

Tlf. 40752077

Formand for Beboer- pårørende rådet: Inge Vaaben

Tlf: 40 28 66 53

mail: himmelevgp@yahoo.com

Frisør Marianne Brandt:

Åbent: En dag om ugen

Tidsbestilling
hverdage mellem kl.
13.00—14.00

Tlf. 21 58 50 16

mail: marianneibr@ok-fonden.dk

Fodterapeut Linda Reuber

Telefontid hverdage
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