

Lysglimt



Vores søde nattevagt Majbrit tog dette dejlige billede af vores kat Julle. Billedet siger hvis alt 😊 Han er noget helt for sig selv. Bringer så meget glæde og Liv i vores hus og er godt forkælet af alle.

Himmelev gl. Præstegård

13. Årgang — nr. 10 — oktober 2022

Redaktion. — Gudstjeneste. — Til eftertanke.

Redaktion: Susan Salomonsen, Oasen, den ansvarshavende redaktør.
Anny Højbjerg Juhl, Kirsebærstræ. 36, medl. af redaktionen.
Jørgen Harboe, Him. Sognev. 126^{1.tv}, medlem af redaktionen.
Johannes Juhl Larsen, Kirsebærst. 33, medl. af redaktionen.
Christian Nørgård, Lotusstræde 17, medlem af redaktionen.

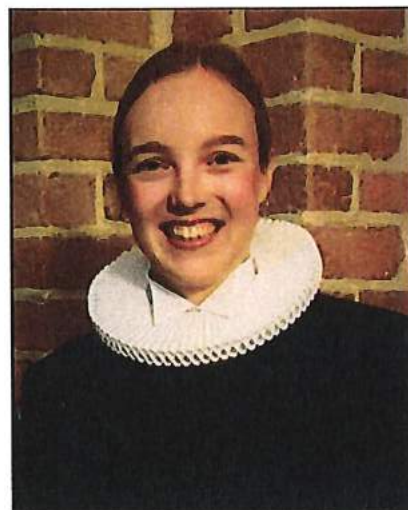
Redaktionens medlemmer modtager gerne stof til bladet og gerne med foto. Deadline 2 uger før udgivelsen.



Gudstjeneste:

Onsdag den 12. oktober kl. 14³⁰

i Oase og Restaurant v, sognepræst Mille Bang, Himmelev.



Indbydelsen gælder også for beboere i HGP's seniorboliger. Efter gudstjenesten er der fælles kaffebord for deltagerne.

Christian i nr. 17 "til eftertanke": Klokke-klang kalder gode minder frem!

Johannes Larsen i nr. nr. 33 tog initiativet til, at vi her på hjemmet fik en klokke. Han havde fra sit hjem kunnet høre, når landsbyens kirkeklokke ringede og var tit med sin far oppe ved kirken, når han passede sit arbejde som landsbyens graver.

Grundtvig blev født i præstegården ved Udby kirke på Sydsjælland. Også hos ham "ringede klokken sig ind" i sindet på en helt udslettelig måde, hvad han udtrykker i en af sine meget smukke salmer:

Kirkeklokke! mellem ædle malmemageløs er for mit hjerte du, vågnet er ved dig en højtidsalme, som genlyder daglig i min barm.

Kirkeklokke! ej til hovedstæder støbtes du, men til den lille by,

hvor det høres trindt, når barnet græder og inddysses blidt ved vuggesang.

Højere dog stemte dine toner, når de med "den gyldne sol frembrød" kimed: Støv! oprejst er din forsoner, stat nu op i påskemorgengry!

Landet nu gråhærdet kun jeg gæster og har hjemme, selv jeg ved ej hvor; dog på lysets hjem min hu sig fæster, evig godt, jeg ved, er ene der.

Derfor nu, når aftenklokken melder: Solen sank, og fuglen slumred ind, da mit hoved jeg med blomsten hælder, nynner sagte mellem bedeslag:

Kirkeklokke! når til sidst du lyder for mit støv, skønt det dig hører ej, meld da mine kære, så det fryder: Han sov hen, som sol i høst går ned.

N.F.S. Grundtvig 1845.

Susannes Side

OK-Fonden
Himmelev
Gl. Præstegård

Så er det for alvor blevet efterår og den mørke tid er lige om hjørnet.

Vi havde en skøn aften d. 27. september hvor vi igen var blevet inviteret i Domkirken af Roskilde Rotary, for at høre Stig Rossen. Sikken en aften.

Vi glæder os så meget til at holde høstfest sammen med jer alle. Som tidligere beskrevet deler vi festen op i to fester, så der er plads til alle.

Rikke Skov, holder oplæg d. 12. oktober 16:30-17:30. Rikke fortæller om den udsendelse hun har lavet sammen med sin mand. "mit livs ønskeliste" den kan ses på DR1. Tilmelding vil vi gerne have, så der er kaffe og kage til alle, på 130.hgp@ok-fonden.dk i emnefeltet skriv "12. oktober"

Fredag d. 14. oktober holdes der tøj salg i hall'en fra kl. 14-16. og alle er velkomne. Modeshowet starter kl. 14:00.

Beboer-pårørenderådet inviterer til fredagsbar d 28 oktober kl. 15:30-17:30. De øvrige datoer ses i bladet.

Når pårørende køber mad i køkkenet, bedes I betale med mobilepay, da kasseapparatet ikke længere benyttes.

Husk at holde øje med arrangement sedlerne, der sker en masse spændende ting.

Himmelev gl præstegård er igen nomineret til prisen Danmarks bedste plejehjem i region Sjælland.

Vi går nu videre til "finalen" = afstemningen om prisen Danmarks bedste plejehjem 2022.

Navne på de 5 nomineret plejehjem offentliggøres i SENIOR bladet d. 14. oktober og samme dag åbner afstemningen. Den er åbent til 1. november. D. 4.

november afsløres vinderen ved et besøg på Danmarks bedste plejehjem 2022 hvor landsorganisationens Danmarks SENIORS formand Per K. Larsen vil overrække et diplom og en "check" på 20.000 kr. til en oplevelse for beboere, pårørende, frivillige og personale.

Afstemningen vil igen i år gå over Facebook – vi vil sætte et link på Himmelev gl præstegårds FACEBOOK.

Bedste efterårshilsen

Susanne Palmblad



ÅRSHJUL 2022

FOR STØRRE ARRANGEMENTER

**13. november-
Allehelgens gudstjeneste,
alle er velkomne**

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

**22. december Julefrokost
på stræderne for beboerne**

24. december Juleaften

31. december nytårsaften



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

**14. september-Høstgudstjeneste
i Himmelev kirke**

**05 og 06. oktober-Høstfest se
opslag i Lysglimt**

**d.14. oktober kl.14.00
modeshow og tøjsalg**

12. april påskefrokost på stræderne

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

21 og 22. maj -stafet for livet

24. maj sommerfest

10 juni-pinsebal

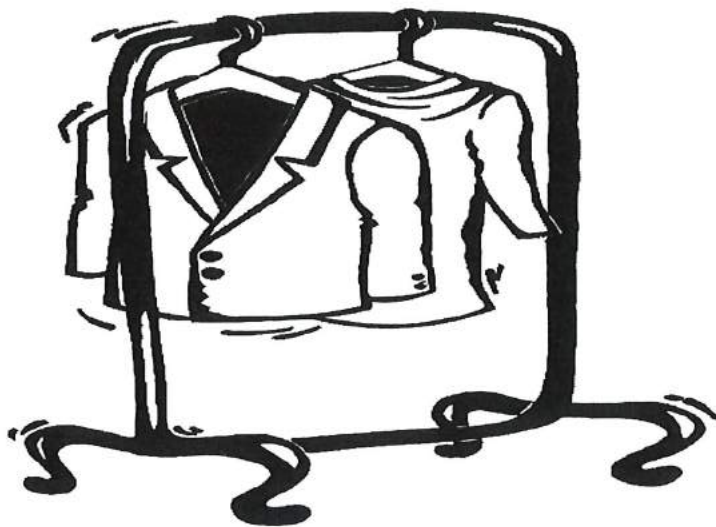
**15.juni -Valdemarsdag,
besøg af Danmarkssamfundet**

23. juni -sankthansaften

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

Forbehold for ændringer

Tøjstativet



tøjstativet@hotmail.com tlf. 31156520

DEN 14/10-22 FRA 14.00-16.00

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!!!

Smilehullet



Kære seniorer i Præstegårdshaven

Så er det snart tid til vores sammenkomst d. 19. oktober kl. 18.00 i Oasen/Restauranten på HGP.

Hovedret og kaffe/te - Pris 120.- kr.
medbring selv drikkevarer.

De som ikke allerede har tilmeldt sig, har mulighed for tilmelding på nedenstående snip. Seneste d. 15. oktober. Husk at lægge tilmeldings snip i min postkasse nr. 156 Ved afbud efter d. 15. oktober kl. 12.00 er betalingen bindende.

Dem som har tilmeldt sig bedes betale via Mobilepay 20614675 eller kontant d. 19. oktober.

Med venlig hilsen

Grethe Christensen 156



Navn:

Hus nr.:

Kære beboer!



Har du en DVD-afspiller med en ledning til en stikkontakt og til dit fjernsyn, kan du låne gode film af Christian. Der er en liste med godt 200 spændende titler på. Du kan få listen til gennemsyn (ring til mig på tlf. 5134 0874 eller kik ind til mig). Susan i Oasen har også min liste, du kan låne den af hende eller snak med hende om emnerne.

Himmelev. gl. Præstegård. d. 27/9 2022

Christian i Lotusstræde 17

Sæt kryds i kalenderen

d. 28. oktober 2022 kl.15.30 til kl.17.30

d.25. november 2022 kl. 15.30 til kl.17.30

d.27. januar 2023 kl. 15.30 til kl.17.30

Bruger og Pårørenderådet inviterer til fredagsbar for bebo-
erne på HGP og deres pårørende.

Kom og vær med til en hyggelig eftermiddag hvor vi kan mødes til so-
cialt sammen vær

Der serveres drinks og snacks

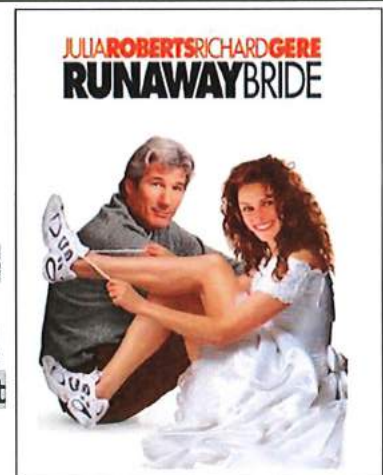
Film i oktober-filmen bliver vist over to dage

1. del – torsdag d.20 kl:14.15 og

2. 2 del - fredag d. 21 kl. 14.15

Der servers kolde drikke og snacks

Med Richard Gere og Julia Roberts i hovedrollerne er der spået sikker succes for denne herlige og sprudlende komedie, instrueret af Garry Marshall. Ike Graham (Richard Gere) er en omtalt journalist fra New York, kendt for sine foragtelige causerier om kvinder. Da han netop står og mangler stof til sin næste artikel, hører han om en usædvanlig mandsluger, Maggie Carpenter (Julia Roberts), som er kendt for at have forladt flere mænd ved alteret. Da Ike tilmed skriver en artikel om denne kvinde, bliver han fyret af sin chef, som er hans tidligere kone og hun er godt træt af hans skrivelser. Så bestemmer han sig for at rejse til Maggies lille hjemby Hale, for at få sandheden at vide. Maggies familie og de øvrige indbyggere driller hende allerede med hendes vane med at forlade sine mænd ved alteret. Da Ike ankommer, er datoen allerede bestemt for hendes bryllup nummer fire og alle venter spændt.



Værdier...

Der tales og skrives meget om værdier, om danske værdier, om livsværdier, - ja vi har jo også fået en kanon over "danske" værdier. Den indeholder bla.:

- Frihed
- Tillid
- Lighed
- Det danske sprog
- Frisind
- Den kristne kulturarv

— 0 — 0 — 0 — 0 — 0 — 0 —



På denne platte formulerede min søsters barnebarn Sofie sig, da hun vist nok var 11 år, med en liste over værdier hun satte pris på i sit hjem.

Her er det engelske ord House, der betyder hus, brugt i betydningen hjem.

Det fik mig til at tænke på forskel og lighed mellem **Hus** og **Hjem** eller en definition, om man vil:

— 0 — 0 — 0 — 0 — 0 — 0 —

*"Vi bygger huse
af mursten og mørtel.
Vi bygger hjem
af gode relationer.*

*Vi fylder huse
med møbler og inventar.
Vi fylder hjem
med forståelse og tilgivelse.*

*Vi bruger huse
til at bo i.
Vi bruger hjem
til at leve i."*

— 0 — 0 — 0 — 0 — 0 — 0 —

Hilsen fra:
Anker Axelsen,
Seniorbolig 126, st. mf.

Turen til Peru- Jørgen Harboe senior i PGH.

En ung journalist rejser til Amerika for første gang den gang, det var en eventyrlig oplevelse at rejse

Billedet, der illustrerer artiklen, er fra juni 1970. Skribenten sidder i et fly i Kastrup lufthavn og klamrer sig til sin skuldertaske. Flyet er en gammel 4-motorers propelmaskine, klar til afgang til Sydamerika.

Flyet er på sin vis historisk. Det var en del af Folkekirkens Nødhjælps luftbro til Bia fra 1968-70. Nu er luftbroen lukket, og flyet skal til Peru med en last nødhjælp til jordskælvsofre (sækkene i kabinen).

Og så med mig som eneste passager!

Jeg skal skrive om aktionen til Kristeligt Dagland, hvor jeg var ansat som journalistelev.

Rejsefeber

Billedet viser, at jeg er berørt af situationen!

Om mindre end en time skal jeg ud på en rejse, der vil tage mig til Island, dagen efter til Nova Scotia i Canada og videre ned langs den amerikanske østkyst til Miami.

Herfra skal vi efter et 24-timers hvil (vi har

kun én flybesætning) flyve videre til Panama og til vores endestation i Lima, Peru.





Jeg havde aldrig været i Amerika før!

I dagene inden turen havde jeg svært ved at være i mig selv af bare rejsefeber: Kom vi nu virkelig afsted?

Det blev da også en eventyrlig rejse, der tog mig højt op i Andesbjergene til et område, som jordskælvet havde lagt fuldstændig øde.

Bare det at rejse

Til trods for den menneskelige katastrofe var det selve rejsen, der blev min største oplevelse: At være i København den ene dag, i Keflavik dagen efter, så et døgn i Miami og videre til de 5 km høje bjergtinder i Peru.

Den gang var selve det at rejse en oplevelse og begyndelsen til et eventyr. Turen til Peru blev en rejse i særklasse.

Stress

I dag er jeg blevet gammel og det at rejse er blevet et udmattende forhindringsløb. Eventyret ved at rejse er noget jeg husker fra de unge år. Den gang jeg kunne checks ind i lufthavnen, næsten sætte mig direkte op i et fly og bare nyde af være undervejs fra et sted til end et andet, stadig ansvars- og næsten vægtløs, endnu ikke fremme noget steder. Flyvning var ideel afslapning!

I dag skal jeg regne med 2-3 timers stress i lufthavnen: Kø ved check in, kø ved sikkerhedskontrollen hvor jeg skal pakke ind og pakke ud og får koldsved af angst for om jeg nu har fået det hele med inden jeg sætter mig op i flyet.

Der er INTET tilbage af fortidens umiddelbar rejseglæde! At rejse er blevet en gru.

Derfor nyder jeg at se på det gamle sort-hvidfoto. Turen til Peru blev mindeværdig.

Der var noget ved at rejse dengang!

Johan Herman Wessel: Smeden og bageren.

Når jeg hører eller læser om emner og sager, hvori der træffes afgørelse eller dom, sker det ind imellem, at jeg synes, det ser ud til, at det var den forkerte person, der kommer til at bøde for det gale, der er gjort.

Så kommer jeg gerne til at tænke på nedenstående digt, skrevet for 250 år siden.



Der var en liden Bye, i Byen var en Smed,
som farlig var, naar han blev vred.
Han sig en Fiende fik; (dem kan man altid faa,
Jeg ingen har, det gaae min Læser ligesaa!).
Til Uheld for dem begge to
de træffes i en Kroe.
De drak (jeg selv i Kroe vil drikke;
for andet kommer jeg der ikke.
Anmærk dog, Læser! dette:
Jeg immer gaaer paa de honette.)
Som sagt, de drak,'
og efter mange Skiildsord, hidsigt Snak,
slaaer Smeden Fienden paa Planeten.

Saa stærkt var dette Slag,
at han saae ikke Dag,
og har ei siden seet'en.

Strax i Arrest blev Smeden sat.
En Feldskiær faaer den Døde fat,
og om en voldsom Død Attest hendsender.
Den Mordere forhøres og bekiender.
Hans Haab var, at han skulle hisset gaae,
og der Forladelse af sin Modstander faae.

Men hør nu Løier! netop Dagen,
før Dom skal gaae i Sagen,
fremtriner fire Borgere
for Dommeren; den mest veltalende
ham saa tiltalede: »Velvisestel
Vi veed, paa Byens Vel De altid see;
men Byens Vel beroer derpaa,
at vi vor Smed igien maae faae.
Hans Død opvækker jo dog ei den Døde?
Vi aldrig faaer igjen saa duelig en Mand,
— for hans Forbrydelse vi andre alt for
grusomt bøde,

om han ei hielpes kan.« -

»Betænk dog, kiere Ven! der Liv for Liv
maae bødes.« - (siger den dommer).

»Her boer en arm udlevet Bager,
som "Pokker" snart desuden tager.
Vi har jo to, om man den ældste tog af dem?
saa blev jo Liv for Liv betalt.« -

»Ja,« sagde Domren, »det Indfald var ei galt.
Jeg Sagen at opsette nødes; - thi
i saa vigtigt Fald man maae sig vel betænke,
Gid vores Smed jeg Livet kunde skienke!
Farvel godt Folk! jeg gjør alt, jeg kan.« -
»Farvel vel vise Mand!« -

Han bladrer i sin Lov omhyggelig;
men finder intet der for sig, hvorved
forbuden er, for Smed at (hen-) rette Bager.
Han sin Beslutning tager,
og saa afsiger denne Dom:
(Hvem, som vil høre den, han kom!)
»Vel er Grovsmeden Jens
for al Undskyldning læns,
og her for Retten selv bekiendte,
han Anders Pedersen til Evigheden sendte;
men da i vor Bye én Smed vi ikkun have,
jeg maatte være reent af Lave,
ifald jeg vilde see ham død.
Men her er to, som bager Brød.«
»Thi kiender jeg for Ret:
Den ældste Bager skal undgjelde det,
og for det skedte Mord med Liv for Liv
bør bøde, til velfortiente Straf for sig
og ligesindede til Afskye og til Skræk«

Den Bager græd Guds jammerlig,
da man ham førte væk.

Lidt inspirations til smagsløgene 😊

Kalvegryde med timian og kantareller

- 500 g svampe, fx brune champignon, Karl Johan eller kejserhatte
- evt. 1 nip sukker
- salt og peber

Sådan gør du:

1. Brun kalvekødet ved høj varme ad flere omgange i olie i en stor gryde, og sæt det til side. Krydr undervejs med salt og peber.
2. Pil og hak løg og hvidløg. Kom lidt ekstra olie i gryden hvis nødvendigt, og sautéér begge dele ved jævn varme, til løgene er klare. Kom kødet tilbage i gryden sammen med hvedemel, og rør det grundigt sammen.
3. Tilsæt tomatpuré, øl, fond, timian og laurbærblade. Bring gryden i kog, og skum af. Skru ned for varmen, læg låg på gryden, og lad den simre stille og roligt.
4. Rens svampene, mens gryderetten simrer. Skær dem i mundrette bidder, og sauter dem i olie på en pande, til de tager farve. Krydr med salt og peber.
5. Kom dem herefter i gryden, og lad dem simre med, til kødet er mørt. Smag til med salt og peber samt eventuelt et nip sukker.

Kalvegryde med timian og kantareller



-
- 700 g kalvekød i tern
 - olie til stegning
 - 1 stort løg
 - 3 fed hvidløg
 - 2 spsk. hvedemel
 - 4 spsk. tomatpuré
 - 1 porter (øl)
 - 3 dl kalve- eller oksefond
 - 3-4 kviste timian + lidt til pynt
 - 2 laurbærblade

Velkommen 😊

efterårshilsner

Køkkenleder

Hanie Maunadim

Oktober Uge 40	Mandag <u>d.03</u>	Tirsdag <u>d.04</u>	Onsdag <u>d.05</u>	Torsdag <u>d.06</u>	Fredag <u>d.07</u>
Forbehold for ændringer	<u>Kl:10.45</u> Stole gymnastik i Oasen <u>Fra kl:13.00</u> Neglesalon i Oasen inden Høstfesten. Oasen henter biblioteks bøger	Oasen forbereder til Høstfest Oasen udleverer nye biblioteks bøger	<u>Kl:17.00</u> Høstfest for Oliven og Kirsebærstræde	<u>Kl:17.00</u> Høstfest for lotus og violstræde	<u>Kl:10.45</u> Stole gymnastik i Oasen
Oktober Uge 41	Mandag <u>d.10</u>	Tirsdag <u>d.11</u>	Onsdag <u>d.12</u>	Torsdag <u>d.13</u>	Fredag <u>d.15</u>
Forbehold for ændringer	<u>Kl:10.45</u> Stole gymnastik i Oasen <u>Kl:14.00</u> Damerne i Huset mødes i Oasen til kaffe/kage og socialt sammen vær. Værtinder er frivillige damer	<u>Kl:9.30</u> Træning på motionscykel i Oasen efter aftale <u>Kl:14.00</u> Sang og musik ved HC og Sven i restauranten der serveres kaffe og kage. <i><u>Kl:19.30</u></i> <i>Logekoret øver i biografen</i>	<u>Kl:10.30</u> Beboermøde i restauranten <u>Kl:14.30</u> Gudstjeneste i restauranten/Oa sen Ved præst Mille Bang efterfølgende kaffe og kage	<u>Kl:9.30</u> Træning på motionscyk el i Oasen efter aftale <i><u>kl:19.30</u></i> Kammerkore t Cantemus øver i biografen	<u>Kl:10.45</u> Stole gymnastik i Oasen <u>Kl:14.00- 16.00</u> Tøj salg i Hall Ved Tøjstativet- Modeshow kl.14.00! Der serveres kaffe og kage

Cykeltur ud det blå med Rickshawcykel aftales med Oasen alt efter hvornår der er frivillige til Rickshaw Cyklen-Pårørende er velkommen til at benytte cyklen efter oplæring og aftale med Oasen. Der cykles som udgangspunkt mandag og torsdag

Arrangement seddel

Oktober Uge 42	Mandag d.17	Tirsdag d.18	Onsdag d.19	Torsdag d.20	Fredag d.21
Forbehold for ændringer	<p><u>Kl:10.45</u> Stole gymnastik i Oasen</p> <p><u>Kl:14.00</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.11.00</u> Lysglimt redaktionen mødes til Redaktionsmøde 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:14.15</u> Film i biografen <i>Runaway Bride</i>, der serveres kolde drikke og snacks</p>	<p><u>Kl:10.45</u> Stole gymnastik i Oasen</p> <p><u>Kl:14.15</u> Film i biografen <i>Runaway Bride</i> der serveres kolde drikke og snacks</p>

Oktober Uge 43	Mandag d.24	Tirsdag d.25	Onsdag d.26	Torsdag d.27	Fredag d.28
Forbehold for ændringer	<p><u>Kl:10.45</u> Stole gymnastik i Oasen</p> <p><u>Kl:14.00</u> Kreativ eftermiddag- Der laves hjemmelavet julesnaps Der serveres kaffe og kage</p>	<p><u>Kl:9.30</u> Træning på motionscykel i efter aftale</p> <p><u>Kl:14.00</u> Erindringsdans med levende musik ved HC og Sven i Pejsestuen</p> <p><u>Kl:19.30</u> Loge koret øver i Biografen</p>	<p><u>Kl:12.00</u> Herrerne i huset mødes til social sammen vær og frokost i Oasen- værter er frivillige Johnny og Jesper</p>	<p><u>Kl:9.30</u> Træning på motionscykel i efter aftale</p> <p><u>Kl:19.30</u> Kammerkoret Cantemus øver i biografen</p>	<p><u>Kl:10.45</u> Stole gymnastik i Oasen</p> <p><u>Kl:15.30</u> Fredagsbar for HGPs beboer og Pårørende</p> <p style="background-color: #d9ead3;"><u>Søndag d. 30. oktober kl. 14.00</u> koncert med Roskilde garden</p>

Cykeltur ud det blå med Rickshawcykel aftales med Oasen alt efter hvornår der er frivillige til Rickshaw Cyklen-Pårørende er velkommen til at benytte cyklen efter oplæring og aftale med Oasen. Der cykles som udgangspunkt mandag og torsdag

Himmelev Gamle Præstegård

okt-22

	Hovedret	Biret
Lørdag 1	Ungarsk gullash m. peberfrugter, mos, surt samt grønsager	Frugtsalat m. råcreme
Søndag 2	Hakke bøf m. bløde løg, sauce, kartofler, asier samt rosenkål	Tiramisu
Mandag 3	Stegt sild m. persillesauce, kartofler, gulerødder (kødboller)	Frugtgrød m. mælk
Tirsdag 4	Tomatsuppe m. kødboller og flutes	Ostemad
Onsdag 5	HØSTFEST	
Torsdag 6	HØSTFEST	
Fredag 7	Forloren hjertes m. vildtsauce, surt og grønt	Vanilje budding m. saftsauce
Lørdag 8	Tarteletter m. skinkefyld	Risengrød m. kanel/sukker, smørklæt samt saftvand
Søndag 9	Kyllingsteg m. sauce, kartofler, agurkesalat og grønsager	Islagkage m. vafler
Mandag 10	Frikadeller kartofler, sauce og rødbeder	Rødgrød m. fløde
Tirsdag 11	Oksekødssuppe m. kødboller/melboller og urter samt flutes	ostemad
Onsdag 12	Sprængt nakke m. picklesauce, kartofler og gulerødder	Blåbærmuffins m. creme fraiche
Torsdag 13	Dampet rødspætte m. aspargesauce, kartofler og broccoli (kylling)	Jordbærmousse
Fredag 14	Stegt flæsk m. persillesauce, kartofler og grønsager	Hyldebærsuppe m. Æbler og tvebaker
Lørdag 15	Kylling i ahornsirup m. ris, kartofler og gulerødder	Grønærteruppe m. creme fraiche
Søndag 16	Flæskesteg m. sauce, kartofler, rødkål og surt	Ananasfromage
Mandag 17	Amerikansk farsbrød m. tomat sauce, smør stegt kartofler	Frugtsalat
Tirsdag 18	Gule ærter m. kogt medister, sennep, rødbeder og snaps	
Onsdag 19	Kalkungryde m. bulgur og surt	Jordbægrød
Torsdag 20	Grønkålssuppe m. flutes	Ostemad
Fredag 21	Kogt torsk m. sennepsauce, hk æg og rødbeder	Pandekager m. nøddecreme
Lørdag 22	Skipperlabskovs m. persille drys og rødbeder	Alliancegrød m. mælk
Søndag 23	Kogt høne m. marengosauce (tomat), ris og grønsager	Chokoladekage m. flødeskum
Mandag 24	Oksekøds lasagne m. ost og råkost	Æblegrød m. mælk
Tirsdag 25	Kogt kalv m. sur/sødsauce, kartofler og grønsager	Pæretærte m. flødeskum
Onsdag 26	Kalvekødssuppe m. kødboller, melboller og urter	ostemad
Torsdag 27	Bøf lindstrøm m. champignonsauce, kartofler og surt	vaniljeis m. vafler
Fredag 28		
Lørdag 29	Bøf stroganoff m. mos og surt	Pære belle helene
Søndag 30	Hamburgerryg m. stuvet grønkål og brunede kartofler	Frugt m. råcreme
Mandag 31	Heksegryde m. ris og grønsager	Græskartærter m. flødeskum

Nyttige telefonnumre/mail:

Plejehjemmet 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 for
Træning/Aktivitet
Susan Salomonsen**

Tlf. 46 30 23 65

Mobil:40 43 15 86

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@ya
hoo.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

Bandaqist Lars

Falkenman

Åbent efter aftale

Tlf. 31 22 86 94

mail:

lars@flexbrace.dk