

Lysglimt



Tusind tak til Østre Rotary og Roskilde Rotary for de smukke blomster og påskehilsen til beboerne på HGP og Seniorerne i PGH.

Og en kæmpe tak til *De små glæders fond* Roskilde Rotary for den nye motions cykel. Det vil gøre en kæmpe forskel for beboerne som ikke behøver at cykle alene, men nu kan have glæden af at cykle sammen og tilbydes flere cykelture

Himmelev gl. Præstegård

14. Årgang — nr. 04 — april 2023

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



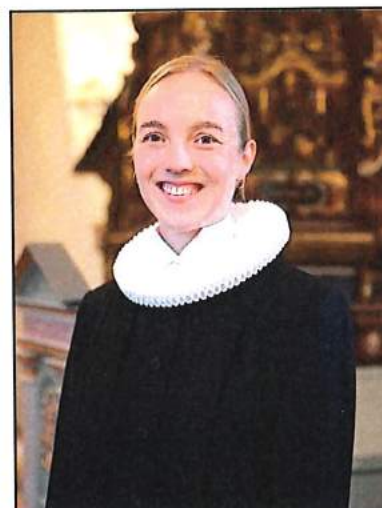
Gudstjeneste:

Ons. d. 12. apr. kl. 14³⁰

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

Indbydelsen gælder

også for beboere i HGP's seniorboliger, og efter Gudstjenesten er der fælles kaffebord for deltagerne (35 kr. for HGP's seniorer).



TIL EFTERTANKE: Hvad betyder påsken? - For Jesus! – For os?



Det giver den norske biskop i Bergen **Johan Nordahl Brun** (1745-1816) os et ganske klart svar på, når vi kikker i salmebogens nummer 233:

***1 Jesus lever, graven brast,
han stod op med Guddoms vælde,
trøsten står som klippen fast:
at hans død og blod skal gælde.
Lynet blinker, jorden bæver,
graven brast, og Jesus lever!***

***2 Jeg har vundet, Jesus vandt;
døden opslugt er til sejer,
Jesus Mørkets Fyrste bandt,
frihed jeg ved Jesus ejer;
åben har jeg Himlen fundet,
Jesus vandt, og jeg har vundet!***

Johan Nordahl Brun 1786..

Susanne side

Nu ser vi frem til lidt flere solskinstimer, kom nu kære forår og sommer. Derfor kære pårørende husk at plante krukke på boligernes terrasser så jeres kære har noget smukt at kikke på fra stuens vinduer.

Vi har sagt velkommen til vores nye beboer Oscar. Oscar er en skægagame øgle som nu bor ved siden af fiskene i Hall'en. Oscar er noget af et tilløbsstykke for såvel beboere som pårørende og gæster af huset. Den har også fået en gæstebog hvor man kan skrive en lille hilsen. Det er Johannes bolig 33 som står for pasning af Oscar sammen med Susan Og Susanne. Og det er også kun os, som tager Oscar ud af buret. Ved siden af Oscars hus står der en billedramme med et lille skriv om Oscar.

Vi har fundet en dato til det store beboerpårørendemøde som bliver afholdt i restauranten d. 26. april kl. 16-18. Har I et punkt til dagsordenen må I meget gerne sende det til mig inden d. 14. april.

Sygeplejeydelserne i alle seniorboligerne overgår igen til os fra d. 17. april 2023. Vi er i tæt dialog med Roskilde kommune herom, så overgangen bliver så god som muligt. Roskilde kommune sender informationsbrev ud til de seniorer som modtager sygeplejen fra Roskilde kommune på nuværende tidspunkt. Af brevet vil vores mobil nummer også fremgå.

Tusind tak til *-De små glæders fond-* Roskilde Rotary for at donere en motionscykel, så vi nu har 2 og kan tilbyde flere beboere træning og at cykle ved siden af hinanden, hvilket gør det hyggeligt og motiverende. Den blev indviede d. 30. marts.

Vi havde et fantastisk afdansningsbal, hvor amatørdanserne Lisa og Carsten viste flotte danse og tog en sving om med flere af beboerne, vores faste musiker HC spillede op til dans. Vi sluttede af med bobler, kransekage, ømme danse fødder og humøret i top 😊

Rundt omkring i huset er der pyntet op til påske og vi ser frem til en dejlig påskefrokost mandag d. 3. april med beboere, ægtefæller og medarbejder.

Forårshilsner Susanne Palmblad



ÅRSHJUL 2023

FOR STØRRE ARRANGEMENTER

Oktober november -december

d. 3 og d. 4 oktober
Høstfest for beboer og pårørende

d. 8 november Allehelgens

d. 3 december julehygge for beboer og pårørende der serveres gløgg og æbleskiver vi klipper, klistre og pynter juletræ- Roskilde garden trutter julen ind.

d.13 december gudstjeneste og Lucia optog

d.19 december Julefrokost for beboer og ægtefælle

Januar-februar-marts

d.15 februar sko salg i hall'en ved skobutik
Dorte sko Kl.10.00-12.00.

d. 16 februar kl.10.00
Frejas børnehave kommer og slår katten af tønden

d.22 februar kl. 14.00 Ugleshow med levende ugler.

d.23 Marts – Erindrings dans/Afdansningsbal k. 15.30- ca.17.00

Juli-.august- september

d. ? august-september
Roskilde Rotary Arrangement for beboer og seniorer

d.13 september
Høstgudstjeneste i Himmelev kirke

April-maj-juni

d. 3 april påskefrokost for beboer og ægtefælle
d.19 april Mødeshow og tøjsalg ved *Tøjstativet Kl.14.00- ca.16.00*

d. 23 maj Østre Rotary Arrangement for beboer og seniorer.

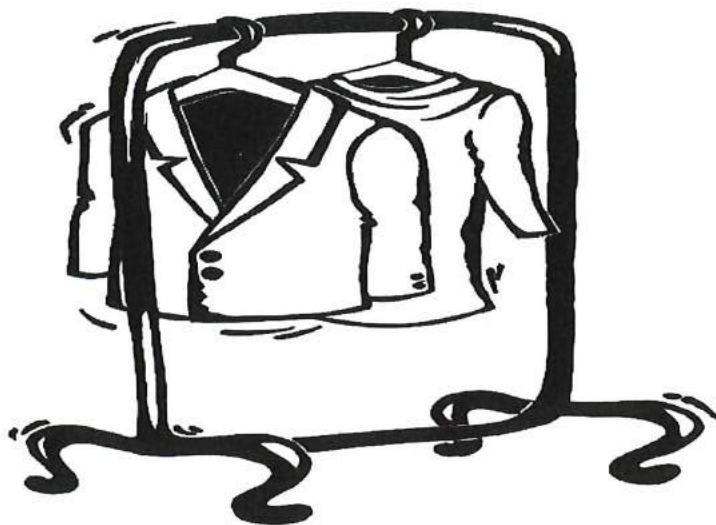
d.15 juni Sommer fest for beboer ,pårørende, Senior, frivillige og venner af huset

d.23 juni sankthans aften- Beboerne mødes i restauranten til kaffe og jordbærkage. og kl.ca. 20.00 tændes bålet, hvor pårørende, seniorer og venner af huset er velkommen.

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

Forbehold for ændringer

Tøjstativet



tøjstativet@hotmail.com tlf. 31156520

DEN 19/4-23 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!!!

Så er navnet fundet

På det nye legeområde på Lotusstræde..

Det kommer til at hedde *Solsikken*

Vi håber det kan bringe glæde til de børn der besøger plejehjemmet.

Et hyggelig sted, hvor der er plads til at lege!

Forslaget blev indgivet af Karen Marie Brandenborg
datter til Johanns i bolig 33

Tillykke !

Præmien kan afhentes i oasen



Kære seniorer i Præstegårdshaven

Så er det snart tid til vores sammenkomst d.19. april 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.14. Husk at lægge tilmeldings snip i min postkasse nr. 156. Ved afbud er betalingen bindende.

Betaling kan ske via Mobilepay 20614675 eller kontant d. 19. april.

Med venlig hilsen Grethe Christensen 156

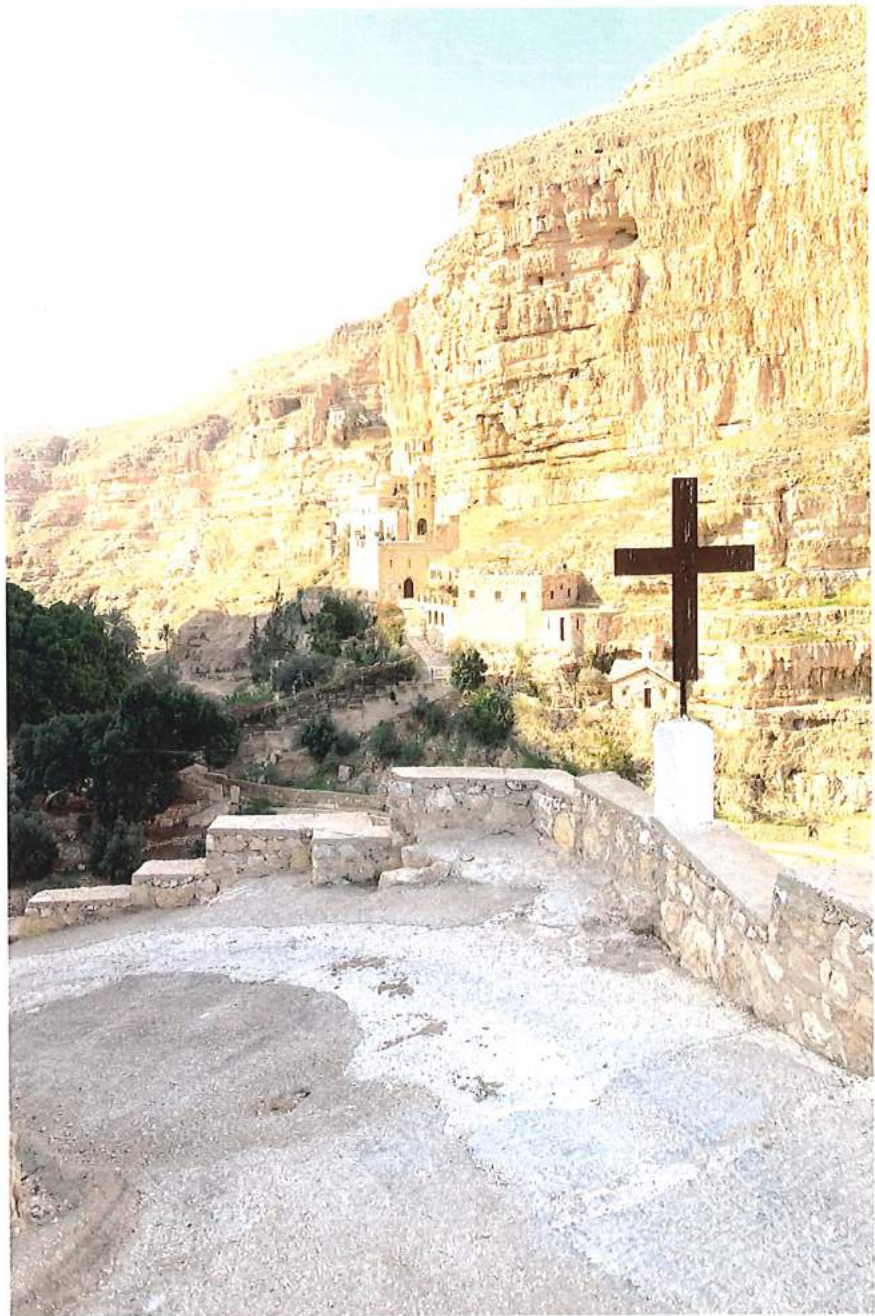
----- ✂ -----

Navn og hus nr:

Fra Jerusalem til Jeriko

Det sorte kors står ved en pilgrimsrute, der går ned fra Jerusalems bjerge til Jeriko. Det var den vej en mand gik ad alene, da han blev overfaldet af røvere i lignelsen om Den barmhjertige samaritaner. Vejen eksisterer stadig.

Langs vejen ligger flere ældgamle kristne klostre. Et af dem er St. Georgs klosteret, du skimter i baggrunden af billedet. Klosteret er fra 400-tallet, altså over et tusinde fem hundrede år gammelt.



Du kan høre Jørgen Harboe fortælle mere om vejen fra Jerusalem til Jeriko og om nutidens liv i Israel og Palæstina den 24. april kl. 14.00 i Biografen

Hej

Mit navn er Rikke og indehaver af SIKRO Kropsterapi, er uddannet Totum Kropsterapeut.

Min passion indenfor massage er behandling af ældre, mennesker med fysisk og psykiske udfordringer. Derfor tager jeg nu en uddannelse med speciale indenfor Taktil stimulerende massage.



Jeg oplever, at kroppen ofte bliver "glemt" i realisationsarbejde og der er mest fokus på mestringsstrategier, aftaler og kommunikation. Det vil jeg gerne være med til at ændre, da jeg mener, at man ved at påvirke krop og basale sanser, kan berolige den primitive del af hjernen og nervesystemet, som ikke forstår ord.

Jeg glæder mig til at kunne tilbyde Himmelev Gl. Præstegårds beboer behandlinger fra midt april.

Hvad er taktil stimulering?

Taktil betyder berøring. Det er videnskabeligt bevist at terapeutisk berøring fører til mange gode effekter fra smertelindring til uddybet livsglæde. Taktil stimulation er en form for blid, bevidst og struktureret massage, baseret på de betingelser hver enkelt har. Massagen går ikke i dybden, men derimod aktiverer huden.

Hvorfor Taktil stimulering?

Den taktile sans kaldes også følesansen. Huden er vores største sanseorgan og i den findes receptorer for berøring, tryk, vibrationer, smerte, kulde, varme og de såkaldte CT-nerver som er specialiseret i at opfange langsomme bevægelser.

Ved at stimulere/berøre huden, aktiveres flere af disse receptorer, som via nervebaner til hjernen leder frem til dannelsen af oxytocin, et antistresshormon.

Oxytocin gør mennesker

- Mere afspændte
- Reducerer smerteoplevelse
- Styrker immunforsvar
- Regulerer varmen i kroppen
- Afslappende og giver bedre søvn
- Forbedrer bla blodcirkulation, mave/tarmfunktion
- Forbedrer relationer mellem mennesker.



Som alt sammen bidrager til forbedret livskvalitet.

Hvordan foregår behandlingen og hvad koster den? Behandlingen tager ca. 1 time og forgår liggende i sengen eller på briks i undertøj. Der bruges vegetabilsk olie. Der anbefales 10 gange over 10 uger, til start. Herefter 1 gang pr. mdr. til vedligehold.

Beboer på Himmelev Gl. Præstegård tilbydes behandlingen til kr. 550,00

Jeg vender tilbage med hvordan booking af tider foregår.

De bedste hilsner og på gensyn, Rikke Haunstrup

Indehaver af SIKRO Kropsterapi

Gamle biler på Himmelev Gamle Præstegård

Lørdag den 25. februar var Erik Vaaben bolig 38 og datter Inge sammen med Henning Skovhøj ægtefælle til Annelise bolig 44 på besøg hos "Team Glade Seniorer" i St. Valby, hvor Stiig Broby har sin private bilsamling.

Det var en stor oplevelse at se de flotte og meget velholdte biler fra en helt gammel Ford A til den moderne racer. Selv en "Krone-bil" havde sneget sig ind.

Stiig havde en historie til hver bil og det var spændende at se og høre om bilerne og se dem i de flotte omgivelser.

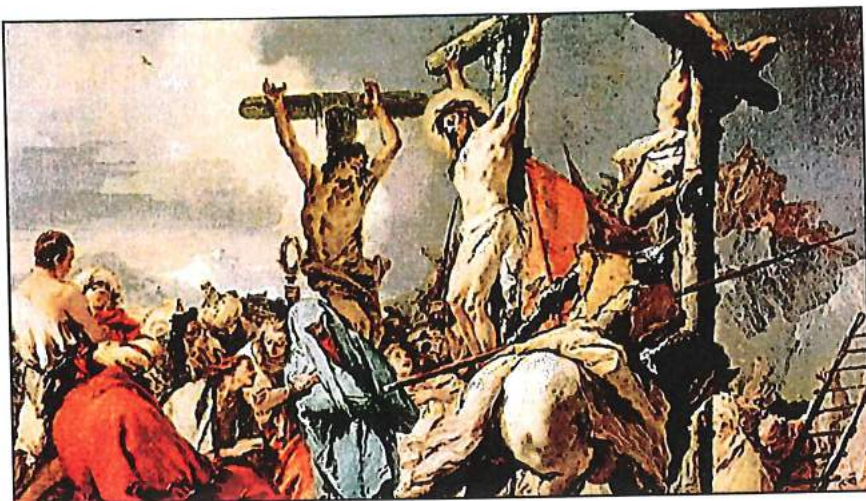
Ud over bilerne var der skilte, billeder og meget andet historisk udstyr.

Stiig og Henning har lovet at komme forbi med et par biler her på Præstegården en dag og er der stemning for et besøg hos "Team Glade Seniorer" eller en tur i en af de gamle biler, vil vi arrangere dette sammen med Susan fra Oasen.



Erik, Inge & Henning

**Jesu syv
korsord,
ved
Christian
i nr. 17.**



Da jeg midt i 1930-erne gik i folkeskolen skulle vi ikke blot lære samlevens udenad, men også i dagene op mod påsken kunne nævne Jesu syv korsord. - Egentlig er det ikke 7 ord, men 7 korte sætninger, som den døende Jesus fremsagde på korset.

Korsordene findes spredt i de fire evangelier. Et par af dem findes dog kun hos Johannes, men ellers to eller tre steder hos Matthæus, Markus og Lukas. Samlet kan du finde alle syv "ord" i *"Jesu Kristi Lidelseshistorie"* bagerst i salmebogens tekstdel på siderne 1326-28, afsnit 17-21 (Salmebogen fra 2003).

1. "Fader, tilgiv dem, for de ved ikke, hvad de gør." - Det er Jesu bøn til sin himmelske far om at tilgive de stakkels uvidende romerske soldater det grusomme, som de er blevet sat til at gøre, uden at de i virkeligheden aner, hvad der sker omkring dem.

2. "Kvinde, dér er din søn." Derpå sagde han til sin discipel og nære ven Johannes: **"Der er din mor."** Han skulle tage sig af Jesu mor.

3. "Sandelig siger jeg dig: I dag skal du være med mig i Paradis." Den ene af de to røvere, der samti-

dig blev korsfæstet, har spottet Jesus, hvorefter den anden røver irtesesætter sin medrøver og siger til Jesus: *"Husk mig, når du kommer i dit rige."* Og Jesus lover at tage ham med ind i Paradiset.

4. "Min Gud, min Gud! Hvorfor har du forladt mig?" På Jesu tungemål: *"Elí! Elí! lemá sabaktáni."* - Han har altså i døden følt sig ene og forladt!

5. "Jeg tørster." Man fyldte en svamp med eddike og rakte op til ham (troede den var smertestillende).

6. "Det er fuldbragt." Jesus udsagn, da han havde fået eddiken.

7. "Fader, i dine hænder betror jeg min ånd." — Det blev Jesu sidste korsord. Da han havde sagt det, bøjede han hovedet og opgav ånden.



Maria og Johannes under Jesu kors.



Vor store salmedigter, Ths. Kingo (1634-1703), biskop i Odense, omskrev genialt Jesu 7 korsord til en salme, hvor vi ser på, hvad Jesu lidelse og død betyder for os:

1 Gak under Jesu kors at stå,
hans sidste ord at agte på;
fra korsets træ hans nådes røst
skal lyde dig til liv og trøst.

2 Han først for sine fjender bad:
"O kære Fader, dem forlad,
thi hvad de gøre, ved de ej,
så blinde gå de syndens vej!"

3 O Jesus! bed du og for mig,
du ser, hvor blind og skrøbelig
jeg er i al min vej, mit værk;
men ved din bøn jeg bliver stærk.

4 Han dernæst til sin moder så,
hvor jammerfuld hun monne stå,
som stungen gennem sjæl og liv
med mordersværd og dræbekniv.

5 En anden søn han hende gav
til lindring, trøst og støttstav:
"Johannes, tag dig hendes sag
som moders an fra denne dag!"

6 Om jeg, o Jesus, og skal stå
forladt, forhadet, med korset på,
ja, venneløs blandt rov og ran,
send et Guds barn, som tar mig an!

7 Den røver, som sin synd fortrød
og trøstet sig i Kristi død,
for hannem brød han dødens brod
og gav i Paradis ham lod.

8 Lad mig og i min sidste stund
det høre af din egen mund:
"I dag du være skal med mig
i Paradis, i Himmerig!"

9 Det fjerde ord var frygteligt,
og aldrig hørte Himlen sligt:
"Min Gud, min Gud, hvorfor har du
i denne nød forladt mig nu?"

10 For **min** skyld blev du så forladt
og af Guds vrede taget fat,
at aldrig jeg forlades skal
i dødens grumme, dybe dal.

11 Al verdens synd bar det Guds Lam,
Guds vredes ild fortæred ham;
"Jeg tørster!" sagde han, og fik
af eddike så sur en drik.

12 Så tømte du med bredfuldt mål,
o frelser min! den bitre skål,
men derfor kalken liflig, sød
skal kvæge mig i liv og død.

13 Da lød hans ord: "Det er fuldbragt!"
og bedre ord blev aldrig sagt;
opfyldt er lov og profeti,
afskaffet dødens tyranni.

14 Det giver trøst i hjerterod,
det er en evig glædesflod;
nu står mig åben Himlens port,
for mig har Jesus fyldestgjort.

15 Hans sidste ord, hans sidste råb
var fuldt af livets store håb,
han sagde: "Fader, i din hånd
befaler jeg min sjæl og ånd!"

16 Det ord, det ord sig trænger ind
udi mit hjerte, sjæl og sind;
gid det og blive sidste ord,
jeg tale skal på denne jord!

Thomas Kingo år 1689.

Giv tid!



Et udklip på et arbejdsbord fangede min opmærksomhed. Der stod: *"Et menneske bruger fire måneder af sit liv på at skrælle kartofler!"* Der er ikke noget i vejen med at skrælle kartofler, men det fik mig til at overveje, hvad bruges tiden på. Den tid som vi kun har én gang.

Tankerne gik til en strofe af Ingemanns vintersang *"I sne står urt og busk i skjul..."* Det andet vers begynder *"Giv tid! Giv tid!"* Her kommer vintersangen:

1. I sne står urt og busk i skjul;
det er så koldt derude;
dog synger der en lille fugl
på kvist ved frosne rude.
2. Giv tid! giv tid! - den nynner glad
og ryster de små vinger,
giv tid! og hver en kvist får blad;
giv tid! - hver blomst udspringer.
3. Giv tid! og livets træ bli'r grønt,
må frosten det end kue;
giv tid! og hvad du drømte skønt,
du skal i sandhed skue.
4. Giv tid! og åndens vinterblund
skal fly for herlig sommer;
giv tid, og bi på Herrens stund,
- hans skønhedsrige kommer!

Mange synes sikkert, vi har for lidt tid, men for den der har mulighed for at give tid og gi'r tid til andre, indebærer det for både giver og modtager en rigdom. At give tid til andre betyder nærvær. *"Nærvær er nok den eneste vare, du ikke finder i reklamekatalogerne!"*

Gruk

Gruk er en særlig type af digte opfundet af Piet Hein omkring 9. april 1940. Nogle har set ordet som en sammentrækning af "grin" og "suk", han mente selv, at han havde grebet ordet ud af luften.

De fleste gruk er skrevet på dansk, mange er oversat til mere end tyve sprog. Det er korte, digte, der forener glæde med sorg, og mørke med lys.



Piet Hein er født 16. december 1905 i København og død 17. april 1996 i Middelfart

Her kommer et af hans gruk:

Husråd.

*Der findes et middel
mod al den besvær,
man render og gør sig,
Det er at la vær.*

Så månedens Smil

Et godt gammelt ordskifte:

- Det er tåget i dag
- Ja, det er klart!

Nu har vi haft lidt vintervejr med sne, vintergækker og erantis har meldt deres ankomst. Det skulle gerne blive mere forår, så påskeliljer kan komme frem og glæde os.



Vintergæk



Erantis

**Bedste hilsen fra
Anker i nr. 126**

april Uge 14	Mandag d.03	Tirsdag d.04	Onsdag d.05	Skær torsdag d.06	Lang Fredag d.07
Forbehold for ændringer	<u>Kl.12.00</u> Påskefrokost for beboer på HGP og ægtefæller	<u>Kl:9.30</u> Træning på motionscykel i Oasen efter aftale <u>14.00</u> Stole gymnastik i Oasen	<u>Kl:14.00</u> Manicure efter aftale		7



















april Uge 15	2. påskedag Mandag d.10.	Tirsdag d.11	Onsdag d.12	Torsdag d.13	Fredag d.14
Forbehold for ændringer Cantemus koret øver i biografen torsdag kl.19.00 Logekoret øver Tirsdag i biografen kl.19.00		<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	<u>Kl.10.30</u> Beboermøde i restauranten <u>Kl:14.30</u> Gudstjeneste i restauranten/Bio Ved præst Mille Bang Efterfølgende kaffe og kage	<u>Kl:9.30</u> Træning på motionscykel i Oasen efter aftale <u>Kl:14.30</u> Billard i slyngelstuen ved frivillig Johnny og Jesper, der serveres kolde drikke og snacks. Alle er velkomne	<u>Kl:10.45</u> Stole gymnastik i Oasen <u>Kl:14.00</u> Manicure efter aftale

april Uge 16	Mandag d. 17	Tirsdag d.18	Onsdag d.19	Torsdag d.20	Fredag d.21
Forbehold for ændringer Cantemus koret øver i biografen torsdag kl.19.00	<u>Kl:10.45</u> Stole gymnastik i Oasen <u>Kl:14.00</u> Fortælling, musik og fællessange om Digteren Sigfred Pedersen ved Loge Brd.Olsen i restauranten, der serveres kaffe og kage.	<u>Kl:9.30</u> Træning på motionscykel i efter aftale <u>Kl:14.15</u> Sang og musik ved HC og Sven i restauranten, der serveres kaffe og kage	<u>K:14.00-16.00</u> <i>Modeshow i restauranten der serveres kaffe og kage og tøjsalg i hall,</i> <u>Kl:14.00</u> Manicure efter aftale	<u>Kl:9.30</u> Træning på motionscykel i Oasen efter aftale <u>Kl:13.00</u> Miniudflugt ud i det blå efter aftale	<u>Kl:10.45</u> Stole gymnastik i Oasen

april Uge 17	Mandag d.24.	Tirsdag d.25	Onsdag d.26	Torsdag d.27	Fredag d.29
Forbehold for ændringer Seniordans øver i Oasen fredag kl. 15.00 Cantemus koret øver i biografen torsdag kl.19.00 Logekoret øver Tirsdag i biografen kl.19.00	<u>Kl:10.45</u> Stole gymnastik i Oasen <u>Kl:14.30</u> Foredrag i biografen ved Jørgen Harboe se omtale inde i bladet. Der serveres kaffe og kage.	<u>Kl:9.30</u> Træning på motionscykel i Oasen efter aftale <u>Kl:14.15</u> Sang og musik ved HC og Sven i restauranten, der serveres kaffe og kage	<u>Kl:13.00</u> Miniudflugt ud i det blå efter aftale <u>Kl:14.00</u> Manicure efter aftale	<u>Kl:9.30</u> Træning på motionscykel i Oasen efter aftale <u>Kl.10.00-12.00</u> Skosalg i Hall ved New feet skomærket- sko til følsomme fødder <u>Kl:14.00</u> Bankospil i restauranten og Oasen 4. spil efter 2. spil er der kaffepause	<u>Kl:10.45</u> Stole gymnastik i Oasen

Himmelev Gamle Præstegård

apr-23

Hovedret		Biret
Lørdag 1		
Søndag 2	Kinesisk risret m. mangochutney, rosiner og ristet kokos	Ferskner m. flødeskum
mandag 3	Stegt sild m. æble/løg kompot, kartofler og persillesauce	Jordbærgrød m. mælk
tirsdag 4		
onsdag 5	Marineret revelsben m. sauce, kartofler og agurkesalat	Vaniljeis m. chokoladesauce
torsdag 6	Minestroneuppe m. flutes	Ostefad m. kiks
fredag 7	Frikadeller m. stuvet blomkål, kartofler og gulerødder	Pandekager m. sirup
lørdag 8	Svensk pølsesteg m. ærter	Æbler i yoghurtcreme
søndag 9	Svinekam stegt som vildt m. kartofler, sauce og æblesalat	Fløderand m. karamelflødeskum
mandag 10		
tirsdag 11	Lakslasagne m. salat og flutes	Frugtgrød m. flødeskum
onsdag 12	Thai kyllingegryde m. ris og majsblanding	Jordbærkoldskål m. cornflakes
torsdag 13		
fredag 14	Stegt lever m. bløde løg, kartofler og surt	Nougat is m. vafler
lørdag 15		
søndag 16	Flæskesteg m. sauce, rødkål og kartofler	Ananas m. makronflødeskum
mandag 17	Forårstorsk m. sauce, kartofler og bønner	Abrikosgrød m. mælk
tirsdag 18	Græsk farsbrød m. kartofler, sauce og tomatosalat	Abemad m. flødeskum
onsdag 19		
torsdag 20	Kartoffel/porresuppe m. flutes	Ostefad m. kiks
fredag 21	Hjertegryde m. kartoffelmos og grønsager	Trikoloris m. vafler
lørdag 22		
søndag 23	Flødegullasch m. kartoffelmos og marineret bønner	Banan koldskål m. kammerjunker
mandag 24	Fylt rødspætter m kartofler, hollandaisesauce, og råkost	Hindbærgrød m. mælk
tirsdag 25	Millionbøf m. mos og majs	Svesketrifli
onsdag 26		
torsdag 27	Medisterpølse m. sauce kartofler og rødkål	Frugtsalat m. råcreme
fredag 28		
lørdag 29	Kalvekødssuppe m. kødboller/ melboller og flutes	Ostelagkage
søndag 30	Husarsteg m.sauce,kartofler, grønsager og surt	syltede figner m. is

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

Sygeplejerske:

mail: 130.sygeplejersker@ok-fonden.dk

Oliven/kirsebærstræde
tlf. 46 30 23 50

Lotus/violstræde
tlf:46302340

Tlf. tid: 11.30-12.30

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@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 efter aftale

Tlf. 31 22 86 94

mail:
lars@flexbrace.dk