# HornbækhaveNyt

Nyt og nyttigt for dig, der bor på plejehjemmet Hornbækhave



## November 2026

# November

**November måned er opkaldt efter *novem,* latin for "9", da marts i sin tid var årets første måned. Ældre dansk navn er slagtemåned.**

**Det er også blevet rigtig efterår med alt hvad der hører til af både rusk og regn, korte dage og tid til at rykke lidt tættere sammen indendørs. Man finder de lune uldtæpper frem, tænder op i brændeovnen, får måske læst en god bog eller ser en spændende film med familien.**

**I november begynder det også at dufte lidt af jul, butikkerne pynter op og d. 25. november afholder vi årets store julefest her på Hornbækhave. Særskilt invitation følger.**

**Det er også svampetid, og skovbunden vrimler med alle typer flotte svampe, der smager skønt i mange retter.**

**Billedet på forsiden er kantareller, der er en populær spisesvamp, som man kan være heldig at finde mange steder i landet.**



**En lækker svampesuppe**



**Smørstegte kantareller på ristet brød**



# Menu

**Uge 45**

| Dato | Frokost | Aftensmad |
|---|---|---|
| Mandag<br>2. november | • Køkkenet overrasker<br>• Peberpate m. syltede porre<br>• Makrelsalat | • Hakkebøf m. blødeløg, portvinssovs & kartofler<br>• Citronfromage m. flødeskum |
| Tirsdag<br>3. november | • Hakkebøf m. surt<br>• Leverpostej m. bacon<br>• Skinkesalat m. rødpeberfrugt | • Torsk m. sennepssovs, kartofler, stegte rødbeder<br>• Hj. Lavet is m. chokoladesovs |
| Onsdag<br>4. november | • Ribbensteg m. svesker & syltede græskar<br>• Torskesalat<br>• Spegepølse m. remoulade | • Graved laks, på surbrød<br>• Mørbradbøf m. bløde løg, kartofler, svampesovs & agurkesalat |
| Torsdag<br>5. november | • Ål røget skinke m. persillecreme & tomat<br>• Æg m. rejer<br>• Alaskasalat | • Efterårs farsbrød m. stuvet hvidkål, surt og kartofler<br>• Henkogte ferskner m. makronskum<br>Fødselsdag Ole Bertelsen og Ludwig   |

| | | |
|---|---|---|
| Fredag<br>6. november | • Køkkenet overrasker<br>• Farsbrød m. surt<br>• Skagen salat | • Kærnemælkssuppe<br>• Shepherds pie m. lam serveret m. grønkålssalat |
| Lørdag<br>7. november | • Sennepssild m. æg<br>• Okse frikadeller m. rødkål | • Mørbradgryde m. kartoffelmos<br>• Blommegrød m. fløde |
| Søndag<br>8. november | • Stegte sild i eddike m. løg<br>• Karrysuppe m. stegte løg & porre | • Rullesteg m. svesker<br>• Pæretærte m. cremefraiche 38%<br>*ændringer kan forekomme* |

**Uge 46**

| Dato | Frokost | Aftensmad |
|---|---|---|
| Mandag<br>9. november | • Køkkenet overrasker<br>• Sylte m. sennep & rødbede<br>• Tunsalat m. kapers | • Kartoffel/porresuppe m. flute<br>• Frikadeller m. sovs & kartofler |
| Tirsdag<br>10. november | • Oksespegepølse m. sky & løg<br>• Æg m. benfri sild<br>• Fuglekvidder | • Mortensaften med det hele<br>• Gammelsdags æblekage |
| Onsdag<br>11. november | • Skinke m. italiensk salat<br>• Kødpølse m. remolade & ristet løg<br>• Bornholmersalat | • Køkkenet overrasker/ Hovedret<br>• Dessert |

| | | |
|---|---|---|
| Torsdag<br>12. november | • Roastbeef m. peberrod & syltede rødløg<br>• Sylte m. sennepsmayonaise & asier<br>• Æggesalat | • Stegt flæsk m. persillesovs & kartofler<br>• Rødgrød m. fløde<br> <br>fødselsdag Grethe Nielsen |
| Fredag<br>13. november | • Køkkenet overrasker<br>• Æg m. rejer<br>• Hønsesalat m. champignon | • Tunmousse på flute<br>• Forloren hare som vildt m. waldorfsalat & syltede græskar |
| Lørdag<br>14. november | • Mørbradbøffer m. bløde løg<br>• Smurt rugbrød | • Gullasch m. kartoffelmos & rødbede<br>• Citronfromage |
| Søndag<br>15. november | • Lun fiskefilet m. Remoulade<br>• Pomfritter & råkost | • Kalkun cuvette m. stegte kartofler, paprikasovs & salat m. grønkål<br>• Fløderand m. karamelsovs<br>*ændringer kan forekomme* |

**Uge 47**

| Dato | Frokost | Aftensmad |
|---|---|---|
| Mandag<br>16. november | • Køkkenet overrasker<br>• Torskerogn m. remo<br>• Karrysalat m. æbler & bladselleri | • Stegt kylling m. bagt rodfrugtmos rørt med parmesan & surt til<br>• Æble/pæregrød m. fløde |

| | | |
|---|---|---|
| Tirsdag<br>17. november | • Rullepølse m. sky & løg<br>• Røget medister m. senneps mayo & syltede porre<br>• Krebsehalesalat | • Tun mousse m. smurt grov toast<br>• Hakkebøffer i tomatsovs m. grønsager & kartofler |
| Onsdag<br>18. november | • Hamburgerryg m. mayo & agurk<br>• Pate m. surt<br>• kryddersild m. rødløg & kapers | • Musaka serveret m. græsk salat & flute<br>• Vaniljeskyr m. knas & solbærmarmelade |
| Torsdag<br>19. november | • Rullepølse m. italiensksalat<br>• Dyrlægens natmad<br>• Kyllingesalat m. forårsløg & rød peberfrugt | • Rismelsgrød m. kanelsukker & smør<br>• Klar suppe m. kød & melboller |
| Fredag<br>20. november | • Køkkenet overrasker<br>• Hj. Lavet leverpostej m. rødbede<br>• Rejesalat | • Guleærter<br>• Pandekager m. is |
| Lørdag<br>21. november | • Tarteletter m. skinke, ærter & gulerødder<br>• Røget laks m. æggestand | • Frikadeller m. brunsovs, kartofler & agurkesalat<br>• <br>Fødselsdag Lisbeth<br>• Æblekage |
| Søndag<br>22. november | • Aspargessuppe m. kødboller & hj. Bagt flute<br>• Sild m. karrysalat | • Kalvesteg m. champignonsovs, kartofler & bønner<br>• Chokolademousse m. flødeskum |

**Uge 48**

| Dato | Frokost | Aftensmad |
|---|---|---|
| Mandag<br>23. november | • Køkkenet overrasker<br>• Kødpølse m. remo & ristet løg<br>• Karrysild | • Lammekølle m. ovnbagt rodfrugter & rosmarin sauce<br>• Skovbær grød m. råcreme |
| Tirsdag<br>24. november | • Roastbeef m. peberrodssalat<br>• Sylte m. rødbede & sennep<br>• Æggesalat | • Dagens friske fisk fra torvet<br>• Klassisk hvidkåls suppe (den frøken Jensen laver) |
| Onsdag<br>25. november | • Ribbensteg m. rødkål & appelsin<br>• Leverpostej m. hj. Syltet rødbede<br>• Sildesalat | Julefest i cafeen<br>• Køkkenet overrasker<br>• Hovedret & dessert |
| Torsdag<br>26. november | • Ål røget skinke m. mayo & syltet rødløg<br>• Sylte m. asier & sennepsmayo<br>• Makrelsalat | • Benløse fugle m. kartoffelmos & surt<br>• Varm hyldebær suppe m. tvebakker |
| Fredag<br>27. november | • Køkkenet overrasker<br>• Æg m. rejer<br>• Alaska salat | • Boghvedegrød m. kanel & sukker<br>• Krebinetter m. kartofler, stuvet hvidkål & dampen broccoli |

| | | |
|---|---|---|
| Lørdag<br>28. november | • Frikadeller m. syltet agurk<br>• Flødekartofler | • Gullasch m. kartoffelmos & asier<br>• Vaniljeis m. chokolade sovs |
| 1. søndag i advent<br>29. november | • Hønsesalat m. champignon & bacon<br>• Serveres m. lune croissanter | • Glaseret skinke m. stuvet spinat & brunkartofler<br>• Risalamande serveret med kirsebærsovs<br>*ændringer kan forekomme* |

# Fødselsdage i november



| | | |
|---|---|---|
| D. 05. november | Ole Wilson Bertelsen | bolig 16 |
| D. 05. november | Ludwig Heinrich Marburger | bolig 22 |
| D.12. november | Grethe Nielsen | bolig 27 |
| D. 21. november | Lisbeth Skebye | bolig 32 |

## Stort tillykke til alle

# Anden information

**Tøjsalg**

Vi glæder os over at kunne tilbyde tøjsalg i huset 2 gange om året v/Manolya tøj, næste gang d. 12. november.

Det afprøves nu, at salget foregår på begge afdelinger centralt i ”pejsestuen”, så flere har mulighed for at kikke forbi i tidsrummet kl. 09.30-11.45

**Kaffe og kage**

I en længere periode har vi afprøvet at servere kaffe og kage umiddelbart efter frokost. Det er efter grundige overvejelser nu besluttet at rykke dette til om eftermiddagen, af flere grunde.

Mange føler sig mætte efter frokost, og har ikke lyst og behov for kage så tæt på frokost. Der er mange timer mellem frokost og aftensmad, og flere har efterspurgt noget sødt midt på eftermiddagen. Så fra d. 1. oktober bliver der serveret kaffe og kage/snacks kl. ca. 15.30

Man vil stadig kunne få en småkage og en kop kaffe efter frokost, hvis man har behov for det. Håber I vil tage godt imod denne lille ændring 😊

**Åbningstider boligindgang**

Tiderne i boligindgangen er ændret, så der nu er åbent kl. 8.00 – 18.00. Udenfor dette tidsrum skal man bruge sin nøglebrik eller ringe på.

## Aktiviteter og kontingent.

I servicepakken kan I alle tilmelde jer aktiviteter på Hornbækhave, for 139 kr. pr. måned.

Aktiviteter er både fællesaktiviteter, som fx musik arrangementer, frokoster og meget mere. Aktiviteter foregår også i dagligdagen, som pop-up aktiviteter fx biograf, fællessang, udeliv, fredagsbar, gåture, højtlæsning, kreative indslag, kagebagning til jul, samtaler med huskekasser og meget mere. Hvis man fravælger ydelsen, deltager man ikke i disse aktiviteter.

Vi opfordrer til at I alle, så vidt muligt, er med til aktiviteter, da man ved, at socialt samvær og oplevelser giver mere glæde og livskvalitet i hverdagen.

Hvis du ikke allerede er tilmeldt, gøres dette nemt ved at henvende sig til Heidi i administrationen.

## Rickshaw cykler

Den første Rickshaw-cykel er ankommet, og vi arbejder på højtryk for at få alt det praktiske på plads, med frivillige som cykelpiloter. De første cykelture er i gang.

## At være pårørende

Ok-Fonden har gennem et udviklingsprojekt i 2023, udarbejdet 5 film om at være pårørende på plejehjem. De giver et godt indblik i livet på plejehjem og svarer på en del spørgsmål, som mange har. Det anbefales at se dem, de ligger frit tilgængeligt på Ok-Fondens hjemmeside

https://ok-fonden.dk/udviklingsprojekt-samarbejde-med-paaroerende-til-mennesker-med-demens/

## Tilkøb

I OK-Fonden kan man som beboer tilkøbe enkelte ydelser. Vi har netop justeret vores tilkøbsblanket og priserne. Ønsker du dette, så spørg din kontaktperson om udlevering af blanket.

Muligheder for tilkøb er:

- Ledsagelse
- Håndværkerhjælp
- Indkøb f.eks. friske blomster, gaver, tøj.
- Ekstra Rengøring
- Ekstra nøglebrik, depositum
- Vask af gardiner
- Træning ved fysioterapeut
- Måltider til pårørende
- Sammenkomster med spisning
- Proteindrik fra huset
- Medicinbægre
- Andre ønsker kan vi være i dialog om

## Velkommen

Der flytter nye beboere ind når der er ledige lejligheder, så her vil vi gerne byde nytilflyttede og deres pårørende varmt velkommen i huset.

## Foreningen Hornbækhaves Venner

Foreningen består af en masse skønne frivillige venner, som bl.a. holder banko, dejlige fester, arrangerer ture med mere for beboerne på Hornbækhave.
Medlemskab koster bare 100,- og bor du selv på Hornbækhave koster det bare 50,-. Kontingent kan betales på konto i Danske Bank: Reg. nr. 1551 kontonr. 7692668. Eller på MobilePay 49435.

**Abonner på Nyhedsbrevet Seniorliv**
Helsingør Kommunes nyhedsbrev Seniorliv bringer interviews og reportager for målgruppen +65 og sætter fokus på kommunens mange tilbud til seniorer.
Det udkommer en gang om måneden og er i udgangspunktet elektronisk. Det kan dog også findes i en printet version på kommunens biblioteker og plejehjem

Du kan tilmelde dig nyhedsbrevet elektronisk på Seniorliv

---

**Lån bøger fra biblioteket**
Det er muligt at låne biblioteks- eller lydbøger og musik
på cd. For at blive låner skal du oprettes.

Henvendelse til din kontaktperson i afdelingen eller ergoterapeut Mette Lund.
Materialet kommer i en bogkasse én gang månedlig.

---

**Aviser og blade**
Er du interesseret i at modtage aviser og ugeblade, skal du selv bestille et abonnement. Avisen eller ugebladet leveres af bud til din postkasse.
Hornbækhave abonnerer på Helsingør Dagblad, som står i receptionen og kan læses her.

**Nedenstående er servicetilbud på Hornbækhave.** Beboere og pårørende kan frit vælge egen udbyder.

| **FRISØR** | |
|---|---|
|  | Frisør Majann kommer ca. hver sidste torsdag i måneden.<br><br>Betaling kan ske enten via MobilePay 80 30 76 eller kontant afregning.<br>Tilmelding og prisliste er tilgængelig via en medarbejder.<br><br>Frisør Majann kommer også gerne til personlig aftale, hvis der skal sættes hår ved særlige lejligheder. |

| **TANDLÆGE** | |
|---|---|
|  | Tandlæge Stine og hendes assistent har en lille "klinik" på Hornbækhave, hvor vores beboer kan få omsorgstandpleje.<br><br>Vær opmærksom på, at tilmelding/visitering alene sker via afdelingslederen, som også kan oplyse om kriterierne for tilmelding til omsorgstandplejen.<br><br>Når omsorgstandplejen har modtaget tilmeldingen, er det dem som planlægger, hvornår man får en tid.<br><br>Betaling trækkes direkte fra pensionen af Helsingør Kommune. |
| **FODTERAPEUT** | |
|  | Fodterapeut Trine kommer hertil huset cirka hvert kvartal, eller efter aftale.<br><br>Tilmelding kan kun ske via personalet, oplysningsskema skal udfyldes før tilmelding<br><br>Betaling foregår via mobile pay eller bankoverførsel |

# Husets kalender november

| | | |
|---|---|---|
| D. 2. november | | Fællesfrokost i caféen kl. 12 |
| D. 3. november |  | Hornbækhave fylder 5 år! Boller og lagkage i caféen kl. 13.30, musik og sang v/ Søren Frøsig |
| D. 4. november | | Besøgshund Nivi kommer i stuen kl. 13.30 |
| D. 6. november | | Fredagsaktivitet kl. 13.30 på afdelingerne |
| D. 10. november | | Andagt i caféen kl. 14 v/Hornbæk kirke |
| D. 12. november | | Tøjsalg i pejsestuerne kl. 09.30-11.45 |
| D. 13. november | | Fredagsaktivitet kl. 13.30 på afdelingerne |
| D. 18. november | | Tandlægen er i huset |
| D. 20. november | | Fredagsaktivitet kl. 13.30 på afdelingerne |
| D. 23. november | | Hygge med Juledekorationer, adventskrans og kalenderlys |
| D. 25. november | | Årets julefest med musikunderholdning kl. 17.30 v/venneforeningen |
| D. 26. november | | Frisøren er i huset |
| D. 27. november | | Brunch kl. 8.00-10.30 |
| D. 29. november | | Æbleskiver og hygge på afdelingerne |

Sæt også kryds i kalenderen 17. december kl. 12, hvor vi holder Julefrokost i caféen for beboere og pårørende.

# Siden sidst

Vi holder af hverdagen…



Eftermiddagshygge i pejsestuen


Dejligt med kyndig hjælp til at få ordnet negle


Frisk luft og vind i håret



En god gang Ludo med grin og koncentration



Altid dejligt at få ordnet negle



Strikke kundskaberne genopfriskes



Bordbowling på 1. sal



Så er cykelpilot Preben godt i gang!



Altid skønt med musik og sang i huset!





Hyggelig tur til Hornbæk kirke







Så har husets dygtige dekoratør igen skabt en flot Halloween udsmykning



# Månedens beboer

**Ole Bertelsen, bolig 16**



Ole er født og opvokset på Amager og havde en dejlig opvækst, han husker sin mor som meget dygtig og hjælpsom og hans far som værende en meget stor støtte, og havde et godt fundament og en god opbakning hjemmefra.
Ole havde sin skolegang på Amagerbro skole og havde i det hele taget en rigtig god barndom og ungdom.
Ole siger selv, "jeg havde en kvik hjerne og nogle gode hænder" og har hele livet kunne lide at bruge sin hænder.
Ole tog først en uddannelse som mekaniker fra Maskin Teknikum i Helsingør, senere blev han uddannet som maskiningeniør fra Danmarks tekniske højskole i Lyngby.
Ole har hele livet været glad for sit arbejde, det har meget indholdsrigt, spændende og udfordrende. Har haft lange ansættelser

og besiddet flere lederstillinger blandt andet i P&T., Hans seneste ansættelse er fra Tårnby Kommune, hvorfra han gik på pension.
Ole har altid været "den tekniske mand" både arbejdsmæssigt og har i sin fritid været flittigt med at repareret ting, og betegner sig selv som have være meget hjælpsom. – Var i øvrigt også habil kok i hjemmet, så alt var ikke teknik.

Ole har været meget glad for biler og har ofte skiftet biler. Ole holdt af at gå og rode med biler og sætte dem godt i stand. Særligt fremhæves hans gamle Sunbeam 1725 med fast tag. – den var en drøm af en bil. I øvrigt var dette den første James Bond bilmodel, som Sean Connery kørte i, i Dr. No fra 1962



Modelfoto

Ole fortæller at han har haft et lykkeligt og skønt liv, har altid værdsat sin familie. Ole har oplevet at miste sin store kærlighed, men har også altid formået at se frem og været så heldig at møde kærligheden på ny, som boede under samme tag som ham her på Hornbækhave, indtil hun desværre gik bort tidligere på året.

Det der fylder allermest under interviewet, er hans store kærlighed, glæde og stolthed over sine to døtre Charlotte og Louise. Når Ole ser tilbage, er det de ufattelige mange ture og ferie på vandet. Den fælles sejlsportsinteresse med deres båd Scampi 30. Her har de sammen oplevet kapsejladser på Øresund (hver onsdag i en årrække), ferier langs den svenske kyst og må formentlig have besøgt samtlige danske havne og meget meget mere. Der var nemlig også plads til bilferier og senere charterturer.
Som familie har de haft et godt og dejligt familieliv et værdifuldt samarbejde – og de to døtre har virkelig forstået at "sætte kursen".

# Kontakt

Følg os på Facebook "OK-Fonden Hornbækhave"

## Plejehjemmet Hornbækhave
## Halfdan Rasmussens Vej 1-3
## 3100 Hornbæk

| | |
|---|---|
| Hovednummer | Tlf. 33 29 71 00 |
| Plejehjemsleder Lene Ullmann | Tlf. 33 29 71 03 |
| Sekretær Heidi Gordon | Tlf. 33 29 71 01 |
| Afdelingsleder Lise Mollerup, stuen | Tlf. 33 29 71 05 |
| Afdelingsleder Christina Ekstrand Olsen, 1. sal | Tlf. 33 29 71 06 |
| Afdeling stuen | Tlf. 33 29 71 20 |
| Afdeling 1. sal | Tlf. 33 29 71 40 |
| Køkken | Tlf. 33 29 71 15 |
| Teknisk service, ma-ons-fre | Tlf. 33 29 71 11 |

Indlæg til HornbækhaveNyt decemberudgaven afleveres til redaktør Ulla i afdeling stuen eller sendes til ulros@ok-fonden.dk inden d. 24/11
Ansvarshavende redaktør: Lene Ullmann